后浪

# What's Your Creative Type?

Harness the Power of Your Artistic Personality

# 发现你的创造力类型

明星型

先锋型

工匠型

感知型

激进型

Meta Wagner

[美]梅塔 · 瓦格纳 / 著

曹源 / 译

根据细分的5种类型
定位你的创造风格坐标

用个性牵引创造性
深耕你更具方向感的创造之路

江西人民出版社
Jiangxi People's Publishing House
全国百佳出版社

VISIT...

LANZAROTE Caliente.COM

# 发现你的创造力类型

[美]梅塔·瓦格纳　著
曹源　译

# 版权信息

书名：发现你的创造力类型

作者：[美]梅塔·瓦格纳

译者：曹源

书号：978-7-210-10806-1

版权：后浪出版咨询（北京）有限责任公司

# 目录

引　言

创作型人格的概念

五种创作型人格

精彩预告

第一章　明星型：渴望鲜花掌声与不朽盛名

明星型为什么创作？

明星型初印象

明星型的分类

明星型的优势

写给明星型的警世恒言

第二章　工匠型：真诚而狂热地献身于创作

工匠型为什么创作？

工匠型初印象

工匠型的分类

那个女孩是谁？

工匠型的优势

写给工匠型的警世恒言

第三章　先锋型：热衷于创造全新的事物

先锋型为何创作？

先锋型初印象

先锋型的分类

先锋型的优势

写给先锋型的警世恒言

第四章　感知型：表达自我，帮助他人

感知型为什么创作？

感知型初印象

感知型的分类

感知型的优势

献给感知型的警世恒言

第五章　激进型：以艺术之名改变世界

激进型为什么创作？

激进型初印象

激进型的类别

激进型的优势

写给激进型的警世恒言

总　结　写给所有的创作型人格

向你爱或欣赏的人致敬

包容未知事物

你是天才之料吗？

创作的陪伴
致　谢
关键词
出版后记

献给我那早逝却一直与我同在的母亲，以及我的父亲你
们是我最大的创作推动力

# 引　言
# *Introduction*

创作艺术即是创造世界。

——瓦西里·康定斯基，《艺术中的精神》

以下这些描述是不是与你相符呢？

没人知道你有多幽默。你的朋友们知道一点，他们认为你很搞笑，一直说你可以成为下一个路易·C·K 或艾米·舒默——带点儿宋飞[1]那种神转折的架势。成为脱口秀演员（拥有自己的喜剧小品）这种梦想在你眼里既幼稚又不切实际。何况即使你集齐五分钟的素材，至多就是在“爆笑俱乐部”秀一把，那里能有什么大好前途。

又或者，你有一个不为人知的小秘密：你花了几个月构思了一本小说，甚至还在上班前起了好几个大早来写作。但你无法确定你的惊悚小说将成为旷世巨著还是沦为废纸，于是当你写到第 84 页的一句话时，你中断了写作（这句话是：“然后她拿起他昨天刚刚磨过的刀，把它刺进___。”）每每看到这个名为“第一本小说”的文件夹时，你都会感到脉搏加速，肾上腺素在血管中奔腾，你的鼠标在那个图标上徘徊……但你始终没有打开它。

也许你如愿以偿地成了一名成功的画家——你的一幅画作在辛辛那提当代艺术中心展出过；这些年你在波士顿、费城开过几次画展，还在东京办过一次；一位有名的艺术评论家在文章里称你为“21 世纪的萨尔瓦多·达利”，这不符合你对自己的认知，但你还是保存了链接，并把它加入收藏夹。你甚至能够靠你的兴趣过上殷实的生活，但你开始担心自己有一天会江郎才尽，长江后浪推前浪——你的地位岌

岌可危。

如果你对这些情况深有同感，恭喜你，你正在承袭几个世纪以来大师们的道路，他们也曾砥砺前行，试图战胜疑惑并在漫长的创作过程中保持创作激情。沃尔特·惠特曼在中年创作《草叶集》之前，就曾尝试过很多职业，木匠、教师、印刷工人、记者，还写过几本反响一般的小说，一个评论家曾断言“惠特曼无论如何都不配称为一个诗人，在他身上看不到任何才华和禀赋”；格鲁吉亚·奥基夫为了创作无线电城音乐厅的壁画曾焦虑到住院；法兰克·辛纳屈在退休的 22 年前就有过一次短暂的隐退，这件事后来被写入《天使之眼》一歌中，“请原谅，我必须离开”指代的就是这件事。即便如此，他们还是在艺术的圣殿中永垂不朽。

是什么支撑着他们克服彷徨与恐惧并保持创作激情？

因为在才能、专注、机遇和运气之外，他们身上还有一些你目前尚未具备的东西，那就是这些创作者知道自己为什么进行创作。

他们清楚知道自己的初心、目的和使命，其中很多人还以语言或文字的形式，对自己创作这一作品的原因进行了深度阐释。对自己创作动因的理解是他们作品背后的驱动力，推动着他们达到令人惊叹的艺术高度。明白自己为什么创作，再加上随之而来的井喷式作业——这是无数多产又优秀的艺术家所共有的品质。

因此，如果想要提升自己的创造力并挖掘艺术潜能，那你首先也必须了解自己的创作动因。

无论你是一个有意投身艺术的学生，是一个期待在职业生涯实现“第二春”的知名艺术家，是一个后悔自己曾在学习萨克斯管、绘画（你也曾痴迷过的艺术活动）的道路上半途而废的“90 后”或“40 后”，又或者是一个在退休后第一次尝试缝被子或跳爵士舞的老人，了解你的艺术动因都至关重要，认清你的恐惧和那些有可能导致你失败的因素也十分重要。

在生命中的大多数时候，你对自己从事这些事的原因都非常清楚，不是吗？但一谈到艺术创作，多数人只知道创作是重要的，却从

未想过为何重要。你也不是一定要在艺术上有所作为，从来没有人要求你成为一个诗人、作家或设计出一款电子游戏。另外你或许也注意到了，创作并不是旱涝保收的赚钱路径。尽管如此，有些人还是会排除万难，实现自己的艺术追求。这种顽强不息的精神自有它的道理。

你自己对于创意性自我表达的渴望就是典型的例子。你完全能够夜复一夜地坐在沙发上，煲完迄今为止更新了全十八季的《法律与秩序：SVU》（我可不是在说这部剧本身有什么问题）。但你脑子里有些想法让你坐立难安，于是你写日记、写小说草稿，试镜校园版《吉屋出租》里的咪咪这个角色，自创花色织了一条围巾，或者写下了几句带有强烈女权倾向的歌词。如果你能够自行解决自己的创作欲求，那实在再好不过。但当你无法顺畅表达自己的想法，或觉得没有人“理解”你，又或是门票没有大卖时，你会十分沮丧，并感到自尊心受挫。

这时，你不可避免地感到气馁，甚至心灰意冷，这些情绪会让你的工作停滞不前。作家至少还有一个专门词汇来形容他们在写不出东西时的状态——文思枯竭（writer’s block）——实则所有艺术领域的工作者都时不时有过这种被困住的糟糕感受。

因此，探究你为何进行创作——了解推动你进行创作、驱动你不断前行以及激发你灵感的各种因素，同时，如果能认识到那些扼杀你创意的恐惧与消极态度是什么，这将能有效地防止你半途而废，做出你真正想要的创意作品。突破这一关后，你将感到轻松与满足——那种长舒一口气的释然会让你感到，你所有的努力都值回票价。

## 创作型人格的概念

现在我们来聊一聊问题的核心：如何确定你的创作型人格。创作型人格是指基于对你创作动因的探究来确定你的艺术个性。创作动因这个概念是我在爱默生学院主讲课程的延伸，我在《创作脉络理论》这一课程中探讨了“人们为什么进行创作”的问题。大多数关于创造力

的研究关注的是艺术家如何 创作，而非为何 创作。然而为何创作才是至关重要的！因此，我着手研究艺术家与作家生平的创作动因，总结出一个专门探究他们观点与见解的课题。

通过长年观察学生们对于该课题的学习情况（我很高兴地报告：反响相当热烈！），我在该领域取得了一些突破性进展。分析古往今来的艺术大师和研究他们最常出现的创作动因，我认识到它们可独立划分为五种艺术人格类型，创作型人格的概念乃至这本书就这样诞生了。

我希望艺术人格类型的阅读能够帮助你鉴定自己的创作型人格，开启你在艺术上的自我发现之旅，从中找到乐趣与启发。如果曾在社交媒体上做过“你是《哈利·波特》里的谁”“你更像哪一位美国总统”这一类的测试，你一定会觉得类型学十分有趣，而我所要讲述的类型学将以科学理论与详实案例为支撑，为你的一生带来实际的益处。

现在，让我们对创作型人格先睹为快吧！

## 五种创作型人格

你觉得自己可能是哪一种？

- 明星型
- 工匠型
- 先锋型
- 感知型
- 激进型

明星型：

明星型寻求自我实现，这原本就是一种强有力的驱动力。他们一

直力图成为人群中的焦点，希望能够感染众人的情绪，得到赞美与尊崇，这种企图心是催动他们前进的力量源泉。明星型醉心名利，有些也真的能够得偿所愿。他们不能永生，但他们希望自己的名字能和他们的小说、画作、歌谣与电影一起流芳百世。

工匠型：

工匠型相信，创作本身就是一种恩赐。在创作过程中，他们收获欢乐乃至狂喜。他们为艺术而废寝忘食，推敲每一个韵律、笔触与节奏的运用，认为它们的重要性无可匹敌。他们尊崇先师，并乐于与同时代的艺术家协作。他们热爱创作，并且严肃对待，从不玩笑置之。工匠们认为，所有能够从事艺术创作的人都是真正的幸运儿。

先锋型：

先锋型力图在艺术上开辟一番天地，他们有明星型对名利的追求，兼具工匠型对艺术的投入。唯有另辟蹊径、开创新流派才能让他们感到有所成就。无论他人是否理解，这些先锋都会坚持自己的主张，而批评家和观众最终还是会追随他们的步伐。先锋型专注于自身，但他们也同样会奋起领导一场运动，与陈腐的艺术决裂，从而为后人的持续探索奠定基础。

感知型：

感知型情感充沛，并将其全部倾注在自己的作品中。对情感的感知与挖掘是他们作品中的精髓，感知型用艺术探索自我人生历程，在艺术作品中加以阐释并得到发泄。创作甚至能够慰藉他们的孤寂，激励、安慰和治愈那些与他们一样多愁善感的灵魂。

激进型：

激进型用他们的作品来改变世界。他们总是干劲十足，目之所及，皆为亟待纠正的错误。通过创作，他们致力于消除贫困、推进民权、结束战争这一类事业。在满目疮痍的世界里，他们不愿将自己的才能浪费在创作无病呻吟的情歌和达官贵人家中的装饰画上。激进型的创作往往与他们的政治愿景息息相关，为此，他们不惜赌上自己的声誉甚至是自由。

你在读到这些创作型人格的时候，也许会有一种类型让你觉得跟自己很像；或者，你能看到自己身上有几种创作型人格的特点，而其中有一种占据了支配地位；又或者，你年轻时是一种创作型人格，当你年岁渐长，又会变成另外一种。出现这些情况都是再正常不过的。

## 精彩预告

接下来，你将能更深入地了解这五种创作型人格，每一种人格都占据了一章的篇幅。提醒一下，所有的创作型人格都被我善意地调侃过一番哟！

你将能解除心中疑惑、探索新知，并能提前准备应对你可能遭遇的困难。书里谈到了一些富有创新精神的理论家与心理学家，你还会读到各个艺术领域著名创作者的故事，比如巴勃罗·毕加索、西尔维娅·普拉斯、弗朗西斯·福特·科波拉、碧昂斯和林·曼努尔·米兰达等等。这些创作者与你有很多共同点，因此他们的故事将能结合你的艺术人格告诉你，应该做什么，不应该做什么（这一点也同样重要）。从他们的采访、文章、日记和信件中，你会得到一些见解与建议。有时，我还会讲述一些发生在我的教学生涯和专栏写作过程中的故事。

你会看到创新的推进器——能激发你创造力的想法和练习，以及能够培养你的正面特质、改善你的负面特质的建议。你还会看到一些能够帮助你发掘自己艺术动因的个性类型测试，解决这个关键问题——你的创作类型是什么？

所以，动身吧！先翻到你认为与自己最吻合的创作型人格那一章，然后再去读剩下的章节，它们会帮助你补充了解自己，并提供圈中其他人的信息，包括潜在的合作者与竞争者。或者，从头到尾读完这本书（如果你是一个具有反叛精神的先锋型，也可以从最后一页开始读），在“总结”这一章里，有很多放之四海皆准且适用于每种创作型人格的重要观点和故事。

既然你已经翻开了这本书，我希望你既看得愉快，又能学到东西。最重要的是，发现你的艺术人格类型，让你的人生充满创造力。

① 美国经典喜剧《宋飞正传》里的一个角色。

# 第一章
# 明星型：渴望鲜花掌声与不朽盛名
# *The A-Lister*

能够名垂青史的只有这几种人：帝王，罪犯与艺术家。

——埃里克·博高西安《满心疮痍》

如果你幻想过在你的第一本小说面世后，你将在全国最繁华喧闹的场所举办巡回读书会——就是那本被《纽约时报》的书评人角谷美智子称赞为既“感人至深”又令人“欢呼雀跃”的书；也许你正期待着那位称赞你“小有才气”的帕森设计学院艺术教授会在《全球艺文消息》看到你的作品《一个苹果，一个希望》，他最好还能在脸书上发一条评论，说他一直知道你非池中物；又或者，你相信你会成为新一代的梅丽尔·斯特里普、碧昂斯、马丁·斯科塞斯或 J. D.塞林格：那你应该被归为明星型。

## 明星型为什么创作？

如果你是一个明星型或带有一些这个类型的特质，驱动你进行写作、舞蹈、拍摄电影、作曲或从事其他艺术形式的动因会有很多，但主要还是要归结于你的自负。这并没有什么不对，毕竟，如果没有一种强烈而又健康的自负心理（有些人也许会称之为狂妄），我们将一事无成。来看看下面这些创作动因是否让你有所共鸣：

你之所以创作，是因为来自父母、伴侣或孩子的崇拜不能满足你

的需求；因为你的芭蕾舞老师坚称你由于太重/太矮/脊柱太弯曲而无法成为领舞；因为你花了三个多小时看了场摇滚演奏会，你知道你该站到那个舞台上；因为你想要他人见你所见、感你所感、想你所想（你理所当然地认为他们应该这样）；因为在四岁的时候，你编的一个笑话逗乐了你的母亲，你想要再三重温这种感觉；因为你想要感受到自己活着；因为你想要在你死后被人们所铭记；因为你相信自己拥有某种天赋，向全世界展示这种天赋是你的使命；因为你甚至想要扮演上帝这个角色。

## 明星型初印象

明星型的自我意识是无法等闲视之的，它一直在嚷嚷“我在这儿”“我很重要”。“我的想法”“我的信仰”“我的评论”“我的理解”“我的画作”“我的文章”“我的歌曲”都很重要，因为归根结底——“我很重要”。

如果你“厚颜无耻”地相信你有某种有价值的东西需要分享出来，它耀眼、大胆、感人又具有启示性，且只有通过你才能进行传递，那你属于明星型这一点就八九不离十了。

明星型要全世界都看到他的艺术作品，毕竟，如果在树林中倾颓而无人知晓，那生为一棵树又有何意义？把从未出版的手稿收进抽屉里，在社区剧院的一部不知名的剧里扮演一个龙套角色，这种事还是留给别人去做吧，明星型可做不来。他们注定是要走上百老汇舞台的！

明星型清楚，如果一个艺术家没有了自负，那就会像一辆没了双涡轮增压发动机的玛莎拉蒂，它靠什么来驱动呢？你又怎样驱动自己呢？

他们同样清楚，他们无需为自己的高远目标、不停歇的野心和着了魔似的展示欲而道歉。

明星型艺术家各有不同，他们中有人相当傲慢专横，也有人拥有过人的魅力；有人极度渴望获得别人的认可，也有人希望向观众毫无保留地展示自我；有人相当高产，也有人在创作出一份代表作后，因畏惧失败而无所适从。但他们都倾向于把结果看得比过程更重要，因为最终的作品象征着荣耀。

如果你是一个把自己的艺术作品和自尊心捆绑在一起的明星型艺术家，你的艺术生涯将命途多舛。一旦你的创造力稍显迟缓或暂时消失，又或者观众不再为你喝彩，你的自尊将极度受创，也许还会产生一些黑暗的想法，比如打击报复、中伤你的竞争对手，这些诱因将会使你严重偏离自己的创作目标。

但总的来说，明星型，你们所拥有的已经够多了。自尊心是一种强效驱动力，它将推动你到达高峰。

## 明星型的分类

也许，你是那种不轻易显露抱负的明星型艺术家，即使是你最好的朋友也会诧异于你居然把自己归于这一类；又或者，你是那种控场能力一流，会令人有压迫感的明星型艺术家。也许对你而言，没有什么能够比得上活生生的观众，你从他们的热情中得到养分，乐于看到他们因你而欢喜的脸庞；又或者，你喜欢引导他人进入某种情绪中，引导他们相信那些你想使之相信的东西。这是明星型内部的不同之处。

看一看方框中的明星型类别，继续读下去，了解其中最常见的那些。

艺术型人格测试
如何判断自己是否属于明星型？

1. 你是否有过以下这些幻想：聚光灯打在你身上，全场起立为你的演出喝彩，精彩的评论，少男少女狂热地爱着你，社交网络上有千万粉丝，你自己的电视真人秀，以及大把的钞票？
2. 你是否只有在为别人创作或表演时才最活力四射？
3. 你是否想成为一个明星，而不仅仅是个演员、画家或作家？
4. “你没那么有才华”“你根本不是当艺术家的料”或“你是没办法靠艺术赚钱的”，你是否想证明曾对你说过这些话的人都错了？
5. 你是否渴望创作一件艺术作品或举办一场演出，让人们能够疯狂地大笑、哭泣或感到三观颠覆？
6. 你是否希望几十年或者上百年后还有人在谈论你和你的艺术作品？
7. 你是否相信自己得到了上天的眷顾并具有某种才能？
8. 竞争是否会激发你的创作欲？
9. 你是否看重创作的成果多于创作的过程？
10. 在你创作和控制艺术作品，并掌控那些你虚构出的角色的命运时，你是否萌生过造物主般的愉悦感？
11. 跟上当今文化的潮流，这一点对你而言是否重要？

如果你对于多数问题的回答都是肯定的，那你就是明星型；如果你只符合其中的少数几条，那你也带有一些强烈的明星型特质。无论是哪种情况，你都该继续看下去。

创新推进器
认识你们的多样性

你最符合哪一（几）类型？

- 自我抑制型（谦虚又自信）

- 天生主角型（你明白我指的是什么）
- 取悦观众型（观众心目中的人气王）
- 暗中霸凌型（想要最大限度地影响观众）
- 天之骄子型（相信他们的才能是上天赐予的）
- 竞争狂热型（没什么比竞争更能激发创意的了）
- 控制狂人型（热衷于像摆布棋子那样摆布自己虚构出的人物）
- 达斯·维达① 型（多年学徒最终熬成大师）
- 不断改进型（永远保持与时俱进）

## 明星型的象限：你在哪里？

想象有这样一条水平线，人们根据自尊心的强弱在象限中进行排序，左边的是看上去很谦虚的明星型，右边的则是会被人称作自大狂的明星型。

歌星阿黛尔也许会被放到很左边的位置。虽然她在舞台上极具吸引力且能从观众的爱和追捧中汲取力量，但她还是会拒绝一些诸如 2017 年超级碗这样的大型露脸机会（她给出的理由是中场表演和音乐并没有太多关系）。同时，她也是自嘲之王，并患有严重的舞台恐惧症，这些因素都会抑制自尊自傲。在尝过备受瞩目的滋味后，她仍可以长时间远离聚光灯——这可不是一个纯粹的明星型。

2011 年，阿黛尔的医生禁止她在割完声带息肉的几周内唱歌或说话。此外，她的儿子在次年出生，为了照顾他，她决定暂时远离公众视线。面对舞台和录音棚的召唤，她置若罔闻。至于那些能够鉴别许多明星型的“耍大牌”表现？在阿黛尔巡回演唱的过程中，你不会听说她有过在酒店里乱丢垃圾或因为后台的香槟没放在冰桶里而大发雷霆这种传闻。

你也许会把嘻哈歌手坎耶·韦斯特放在很靠右边的象限。他是一个典型例子，当我邀请我的学生说出一个自负驱动型歌手时，我的学生

经常会选择他。在韦斯特臭名昭著的“吸睛”行为之外，他还曾直接把自己比作史蒂夫·乔布斯、安娜·温图尔和米开朗琪罗等知名大师。他把自己的第六张专辑命名为《神呐》（你们还是自己去理解吧）。据此，我们断定坎耶无疑具有一种张扬的明星型性格特征，也正是这种性格特质最终使他成为这个时代最成功也最受推崇的音乐巨子之一。

你有多渴望被人关注？在明星型的象限中，你会把自己放在哪个位置呢？

## 取悦观众型

作为一个明星型艺术家，你最喜欢的创作形式以及它在观众中所带来的反响反映了你最深层的需求。了解这些不仅有趣，它还会帮助你找到最适合你的艺术表现形式和艺术生涯。

我来解释一下，艺术的表现形式可以分为三种：第一种能够直接与观众互动，即现场表演；第二种虽有观众，但他们给予的反馈是滞后的，写作、绘画和参演电影都属于这种；第三种则没有任何观众，把后来名动天下的作品束之高阁这种事情绝不会发生在明星型身上。

在前面两种艺术表现形式中，哪一种更能满足人的自尊心呢？以演员为例，你也许会说，电影演员有着更强烈的自尊心，因为电影演员的架子十足，更热衷于星途，更渴望过上奢侈的生活，更想在推特上拥有 5,000 万个粉丝……

但，难道不是现场表演更能够直接从观众那里得到反馈吗？他们时而大笑，时而呜咽，时而掌声不止，时而起立喝彩，时而为你的精彩表演吹哨——哪一类表演更像是为了自我满足呢？

让我们来看一下演员苏珊·萨兰登在接受《电讯报》采访时说的一段露骨的话，在谈到在电影与剧院中表演的不同之处时，她解释说：“这两者的区别就像自慰与做爱一样，在演绎电影时你孤身一人，而在舞台上你却与观众们紧密相连。”

你从来没有这样理解过这两者之间的差异吧？但你还是能从萨兰

登的话中体会到表演者对于即时反馈的真切渴望，因为这有助于培养他们的自信。

在《纽约杂志》的一次采访中，女星格伦·克洛斯曾这样形容表演者与观众之间的关系："好的剧场表演会改变你的分子结构。你在自己周围创造了一个能量场，它在你与你的观众之间产生交互。每一个人在看完一场表演走出剧院后，都会感觉得到净化。"

很明显，帕蒂·卢波恩渴望与活生生的观众进行交流。即使她扮演了很多银幕角色，百老汇的舞台依旧是她的最爱，在那里，她以超具魅力的表演令观众经年难忘。在密集的现场表演与歌唱中，她迅速成长——除非他们在表演中说话、发短信或者拍照——在一个关于帕蒂·卢波恩抢夺观众手机的病毒视频里，她明确表现了对这些行为的不满。

在对卢波恩的采访中，国家公共电台的记者苏珊·施坦伯格讲了一个故事。她朋友带女儿来看卢波恩的百老汇音乐剧《吉普赛》。正常来说，正如典型的"吞世代"（tweens）一样，这个女儿表现出一副不想和妈妈一起做任何事的样子。但当卢波恩唱起《轮到玫瑰上场了》的时候，女儿抓住了妈妈的手腕，用妈妈的话来说，她们像被传送到了另一个时空。当卢波恩听到这个故事的时候，她哭了，她知道自己的表演已经不仅仅是让这个女孩有"一点点"被重塑这么简单了。

在纪录片《伊莱恩·斯特里奇：给我一枪》里，这位百老汇巨星曾说，表演所带来的最佳收获就是观众的爱。喜剧演员大卫·查普尔参演过一期《演员工作室内幕》，这期的诚实和辛辣使之成为观众的最爱，在节目里他描述了观众是如何激励他的。他的描述有些煽情："你站在台上……像一个角斗士一样，然后灯光打到你身上，你看向台下，所有人都抬头仰望你，并发出赞叹的声音……他们爱你，就像一场狂热的爱恋。这是最棒的一种感觉，我爱脱口秀。"

如果你是一个热衷于取悦观众的明星型，毫无疑问，你渴望被疯狂地爱着。你需要甄别的是哪一种形式能够最大限度地满足你。

## 暗中霸凌型

并不是每一种明星型都有这种哗众取宠的诉求，因为他们有其他的解决方式，你过会儿就知道了。

在写了多年的新闻、散文、小说、剧本及后来的回忆录后，琼·狄迪恩不仅成为作家中的佼佼者，更成为众多粉丝心目中的文学偶像。（读一读她的作品集《散漫地步向伯利恒》中的“再见了，一切”，你就能看出些端倪了。）

如果你亲眼见过狄迪恩或看到过她的照片，你一定会诧异于她的瘦削——她甚至可以说是弱不禁风，但她的瘦弱背后隐藏着一股力量。为什么这么说呢？在你看完她在 1976 年为《纽约时报》杂志撰写的一篇文章就知道了。这篇叫作《我为什么写作》谈论了自负驱动写作的问题，标题借用了乔治·奥威尔的不朽名篇。

狄迪恩写道：“在很大程度上，写作是一种自我表达，它是一个人把自己凌驾于他人之上，一直对读者说‘听我说吧’‘用我的方式来看待问题吧’‘快改变一下你的想法吧’。这是一种具有侵略性的，甚至是充满敌意的行为。”她继续写道：“如果你想，你完全可以掩饰这种野心，只给暗示，不提要求，坚持拐弯抹角，拒绝单刀直入——但不可否认，将言论诉诸文字是一种隐性霸凌、一种精神侵略、一种将作者的触角伸探到读者最私密的领域中的方式。”

写作者即霸凌者？这些躲在电脑屏幕前、只知埋首故纸堆、用笔名隐藏真实身份的人，这些只在星巴克打烊时才放弃自己最爱的临窗雅座，回到真实生活的人，这些摄入了过多咖啡因、脸色苍白的人……他们算哪门子霸凌者？

他们当然不会像校园霸凌者那样，故意绊倒、推搡和殴打目标对象；也不会像坏女孩那样，胡乱八卦，话里有话，对你视而不见；更不会像网络霸凌者那样，时刻准备伤害你、羞辱你。他们是隐秘又聪明的霸凌者，你甚至可以说他们擅长以退为进，偷偷把自己的情感强加于一个对此浑然不知的读者身上，让读者丝毫没有发觉自己受到了“攻击”。狄迪恩所指的不仅是上面说过的那些意图明显的专栏作家和文化评论家，他们总是希望读者“听我说吧”“用我的方式看待问题吧”“快改变一下想法吧”；她指的是所有作家，而且我敢说，这段话适

用于所有艺术家。

在《巴黎评论》的一次采访中，狄迪恩进一步阐述了她的观点：“在别人的大脑里那样肆意来去是一种不怀好意的行为。”她将这种情况比喻为，一个人向另一个人描述他自己的梦境，而对方对此却丝毫不感兴趣。最后，她评论道：“作家总是在想方设法骗读者来听这个梦境。”

回忆一下每当你读到一本小说最后几行时的感受，比如简·奥斯汀的《傲慢与偏见》。在最后，你会因为自己无法继续活在英国摄政时期班纳特家族的世界里而感到失落，这就是简·奥斯汀对你的一种霸凌。如果你在追类似《黑道家族》或《纸牌屋》之类的美剧，发现自己时不时会赞同坏蛋的行为，即使他们全程都视人命为草芥——那你也遭到了剧作者的霸凌。

创新推进器
成为一个隐形霸凌者

你正在从事或未来期望从事的创作事业是什么？它是怎样让你成为一个隐形霸凌者的？比如你正在制作一个描述你奶奶如何与帕金森综合征做斗争的短纪录片，并且计划把它发布到视频网站上，你会希望观众能得到一些有用的信息或为之伤感落泪；在你的脱口秀表演中，你会希望你的观众笑到捧腹（这种痛感可能无限接近于“真正的”霸凌）；扮演你剧作的主角表现得太烂了，该死的家伙，但你还是希望观众能够爱上他。如果以上这些情况出现在你身上过，你很可能是个潜在的隐形霸凌者。远离现实生活中的霸凌者是很难的，但现在有个远离艺术上的霸凌者的机会摆在你面前。

你需要注意以下几项建议，这能保证你自己不会太过霸道：如果你正在撰写一篇评论文章，你可以摆出一些论据去支撑你的逻辑，当然接下来你需要发表一番激动人心的论证；如果你正在酝酿一些一定会在你的读者中成为万人迷的角色，尽量避免刻意煽情。无论你在创作哪一类艺术形式，这几项建议都能帮助你在对观众含蓄的劝诫与直白的说教之间划一道界线。

对于一个明星型来说，霸凌等同于诱导或操控观众作出某种反应，特别是情感层面的。在《红》这部剧中，以画家马克·罗斯科为原型的主人公对着他的助手肯吹嘘道：“我的存在是为了让你的心脏停止跳动，你懂吗？我的存在是为了让你开始思考……我活着可不是为了只画些漂亮的画！”我认为，这段话对于明星型通过霸凌受众来获得自己想要的反响这个现象进行了极好的总结。

## 天之骄子型

你是不是常听到格莱美奖或托尼奖的得主感谢上帝赐予他们才能？你是否希望有一天也能站在领奖台上？与诸如上帝这样的高位者来分享自己的荣誉看上去很谦虚，但这也表示你确信自己是被高位者所选中的，因为自己也拥有某种特殊能力——这就很“明星型”了。

灵魂歌后艾瑞莎·富兰克林曾说过：“成为歌手是一种天赋，这意味着我最大限度地运用了上帝赐予我的天赋，我为此感到快乐。”摄影师罗伯特·梅普尔索普在描述他的创作过程时，将这种信仰关系说得更加私人化，“在创作作品时，我与上帝携手并行”“在创作时，我浑身赤裸地站在那里，上帝来到我面前，握住我的手，与我一同歌唱”。这些言论也许会激怒很多人，因为他们觉得罗伯特在上世纪 70 年代创作的同性恋肖像并不像是上帝会认同的题材。

接下来是我最喜欢的例子和最喜欢的人物——帕蒂·卢波恩，她对《消费导刊》的一位记者透露自己的疑惑——为什么选角导演在面对一个明显很适合她的角色时总是想不到她，“我知道自己很棒，这并非自吹自擂。这是自从我四岁时上帝就赐予我的一项天赋。”好吧，这也许是自吹自擂，但也没什么不妥。

你兴许也相信自己拥有上帝赐予的某种天赋，无论是完美的音感还是违反地球引力的芭蕾舞小跳，但比起你的才能的来源，更重要是你能带它以及它能带你走向何方。

# 明星型的优势

## 为自负而欢呼

作家伯特兰·罗素在赢得 1950 年诺贝尔文学奖的颁奖典礼上，提到了自己认为人类有四种重要的欲望：占有欲、竞争欲、虚荣心与权力欲。你也许已经猜到了，这与明星型的动因非常接近。我特别喜欢他关于虚荣心的这段话："虚荣心是个有巨大潜力的动因。与孩子们打交道的人都知道，孩子们总是一边做着滑稽动作，一边说着'看我'。'看我'是人们心中最基本的欲望，它以不同的形式出现，从讲滑稽笑话到追求死后的声望，形式各异。"

我亲爱的明星型，你们当然不是一群滑稽演员，但我担保在你内心深处一定有过很多次"看我"这个诉求，无论你年方几何。这很好！你知道，你注定要站在舞台中央。

你有没有觉得很奇怪，在乔治·奥威尔的文章《我为什么写作》中，为什么他把"纯粹个人主义"列为他四大写作动因的首位？（其余三个分别是"对美学的热情""对记录历史的冲动"和"政治目的"。）我相信奥威尔的说法也适用于其他作家，甚至可以扩展到所有艺术领域。他将"纯粹个人主义"定义为"渴望看起来很明智，渴望成为他人的谈资，渴望名垂青史，渴望向小时候轻视过你的成年人实施报复等等"。

这种听起来很新颖的观点，其实可以追溯到 20 世纪早期埃里克·阿瑟·布莱尔的年轻时代，在他还未开始使用乔治·奥威尔这个笔名之前。童年时代的被忽视和孤独对其他孩子而言往往会产生毁灭性的影响，但这对奥威尔而言，既是痛苦的梦魇又是创意的源泉。如果他小时候备受宠爱，谁敢保证他还能写出经典小说《动物庄园》与《1984》呢？

奥威尔同样确信，大多数人在过了三十岁以后都会放弃他们的自我与梦想，处处为他人而活，而作家却敢于打破这种陈规。

明星型，如果你能够先原谅奥威尔的精英主义，你会感谢他率先与全世界大多数静默地活在绝望中的三十多岁青年决裂。无论年龄几何，你都可以从他所提倡的个人主义中得到庇护，更妙的是，你会发现他是明星型中对自我意识的真正拥护者，尽管他人也许可能把它解读为“自私”。

以自我为创作动因是一件自私的事吗？我更愿意把它理解为自主。（这样听起来是不是顺耳多了？）同时，关于艺术，有一个残酷的真相：除非你已经足够有名，否则没有人会坐在你旁边等着你写出小说、拍好电影或编出舞蹈。无论你是否在追求你的梦想，这个世界依旧按照它既定的轨迹运作。这完全是你一个人的事。事实上，你需要足够狂妄才能确信自己有一些特殊的才能；确信自己能够在运动场、剧院或画廊中占有一席之地；确信你脑海中的那些人物能够成为文学史上一个不朽的印记；确信你自己能够成为一个家喻户晓的人物。当你一想到自己将和那些已经风靡数个世纪却仍为人们所喜爱的艺术与音乐展开某种程度的竞争，而当今时代所有的艺术家也在努力扬名立万时，你那明星型的自负将为你带来明显的优势。无论你称之为自私还是自主，自负心理都是明星型的独有优势，所以，尽情地去狂妄吧。

## 来张自画像吧

将你的人生制作成一件艺术作品能够帮助你或你的观众产生深刻的认知，回忆录、个人随笔、“毫不掩饰”的小说、自画像、脱口秀段子或电视真人秀都可以。

它能够让你们学会应对这个世界，或者减缓孤独感（如果这种减缓方法对你有效，你可以去参考一下第四章的“感知型”）。但对你而言这也是一种庆祝的方式，说的就是你！

作为一个明星型，你也许已经在生活中经历了很多，你也有足够多的有趣的故事去不停地逗乐你的朋友们。你可能会感觉到自己已经不仅是一个人，而且是一个角色、一种人格。你是那个总在班级合照中对着照相机做鬼脸的孩子；你是那个拿着毛刷充当话筒，以家庭轶

事为主题在穿衣镜前排演独白的孩子；同时，你还是那个相信几乎在所有场合都需要来张自拍的人。

明星型想要自我称颂的欲望由来已久。早在金·卡戴珊熟练运用自拍技术的几个世纪之前，荷兰画家伦勃朗·哈尔曼松·凡·莱因就已经做过这样的事了，理由也十分相似：发现自我，自我加工以及自我宣扬。花了 40 多年的时间，伦勃朗通过多种方式为自己画了数量惊人的自画像（约 80 张），包括油画、素描和版画：有充满朝气的“青年艺术家的画像”；有穿戴着华丽衣饰的中年人，比如金链、刺绣衬衫和带皮毛装饰的天鹅绒外套等等，而这些衣饰都是盛名带给他的；另外，还有更年长、更自省的伦勃朗。

自我培育课

创作一件重要的自画像作品

一个没能站在舞台中央的明星型是可悲的，因此，你需要确保自己站在聚光灯下，但和伦勃朗一样，用真材实料帮你去吸引他人的注意。如果你觉得自己现在的生活能够帮助你创作一本伟大的自传或剧作，那你需要努力让自己的作品超脱于自我，扣动多数人的心弦；如果曾有人告诉过你“你天生就是一个演员”，那就让你的灵气成为你创作的基础（伍迪·艾伦就是这样成功的）。记住，明星型，你与观众之间已经有了一个牢不可破的协定：你为他们创作一些有意义的东西，作为回报，你会得到他们的爱戴。

艺术史学家詹姆斯·霍尔在他的著作《自画像文化史》中分析道，在这些为数众多的肖像画背后潜藏着自我宣传策略。他评价伦勃朗：“早期的自画像被传播到世界各地，很多没有见过他的其他作品的人都知道了他的容貌。作为一个独立画师而非宫廷画师，他必须想方设法让自己出名。画一幅自画像可以在你籍籍无名的情况下暗示受众你已经出名了。”

## 通过艺术实现不朽

对抗死亡是一件多么美妙的事啊，如果肉身易逝，那就用你的油画、歌谣或诗作，用这些能够让后世记住你的艺术作品来实现不朽吧。

艺术与孩子一样，都能成为你在世界上的印记，证明你曾经来过，并且你的存在为这个世界作出了一些永久性的改变。你创造了生命或艺术作品，这是一个空前绝后的创举。

不是所有艺术家都有这样的野心，多数人只是想让自己变得更有创意些，让人们注意到他的作品并从中赚点小钱。创作出流芳千古的作品并不是他们首先要考虑的事情。

但明星型不是这样。

艺术能够挑战死亡，它在死亡面前掠过，对它致以辛辣的嘲讽——尽管其中一些最负盛名的实践者不幸英年早逝。明星型要创作的不是现世风行的作品，而是在他们“摆脱尘世的烦恼”（不朽的剧作家威廉·莎士比亚名作《哈姆雷特》里的台词用在这里很合适）后仍能风行的东西。

很多明星型很清楚自己希望通过作品来流芳百世。歌手鲍勃·马利声称“我的音乐将永不停奏”。作家豪尔赫·路易斯·博尔赫斯曾说“作家死后就变成了书，这也是一种不错的来世”。作家詹姆斯·索尔特说“如果说有什么能够传递生命的话，那就只有书篇了吧”。诗人及小说家西尔维娅·普拉斯也在她的日记中记录下了类似的观点，“写作是一种神圣的行为，它是一种命令与革新，让人与世界以本来面目及应有的样子去重新学习与爱。与花一天的时间打字或教书不同，写作这种行为是隽久的，它在这世间独自地前行。人们读到它，就会像对待一个人、一种哲思、一种宗教或一朵花那样，对它有所反应。”

需要牢记的是，艺术家对于不朽的渴求不仅仅是为了能够名垂青史。作为一个明星型，这也关乎你与作品紧紧相连的骄傲与信仰，如果你是个小说家、编剧或剧作家，你创作的人物也与之紧密关联。想想看，人的寿命是有限的，但作家创作的人物却能够永远活着，这是不是有点奇怪？然而事实就是这样。

通过艺术来实现不朽并不是一件很难的事，尤其是在今天，你的很多作品都记录在各种载体中。想象一下：在 22 世纪，有人像 21 世纪的观众一样赞赏你的作品，这实在是再好不过了，明星型！

## 明星型更加热衷于竞争？

明星型对于竞争的感觉可以比拟为一个放弃素食的人对于牛里脊的感觉——一言以蔽之就是，极度热爱。他们为胜利而战，甚至会把从前那个更年轻、更活力、更高产的自己作为对手。自然，他们的竞争精神也会使他们与前辈及同辈艺术家不断角逐，这种竞争有可能是友善的，也有可能是不择手段的。有时这种竞争只发生在某个艺术家的大脑里，有时则会爆发成为诗人或词曲作者间的一场全面战争。

约翰·列侬和保罗·麦卡特尼作为词曲作者，曾有过一场著名的、使双方都受益匪浅的良性竞争。在马克·赫兹加德的《浮生一日》一书中，披头士乐队的唱片制作人乔治·马丁曾这样描述过他们之间的关系："想象有两个人在拔河，他们一边向对方微笑着，一边使尽全力不停地拉扯一头的绳子，两方剑拔弩张却又亲密无间。"

如果没有他们强烈的竞争欲，披头士还会是披头士吗？（这只是一个修辞学上的问题，答案当然是——不会！）尽管并非没有先例，但很少有摇滚乐队能够像披头士一样同时拥有两名杰出的灵魂人物，他们对于作词作曲、唱歌、表演都极其擅长，他们还都能表演多种乐器、赢得姑娘们的芳心，让整个世界都为他们的智慧与魅力而倾倒。两个个性极强又天生具有竞争意识的人居然能够如此密切合作，这实在是一件令人诧异的事。

在披头士风靡的早期，列侬和麦卡特尼写起歌来就像列侬形容的那样，齐头并进、不分伯仲。随着时间的流逝，他们的歌中越来越多地带有个人的风格，而非完全的合作出品，他们被激励着互相赶超。比如，在列侬写出《草莓园》时，麦卡特尼写了一首《潘尼小巷》作为呼应，后者也是一首反映乡愁的歌。

与披头士的歌曲相关的竞争故事还不仅仅局限于乐队内部。比如

海滩男孩乐队的“创作狂人”布莱恩·威尔逊，披头士的《橡胶灵魂》让他立志创作出一张可以与之媲美的专辑，同时这张专辑还启发他在作品中采用更复杂的编曲，加入更多和声——二者在新专辑中的运用远超海滩男孩过往的成名作。这张专辑就是后来的《宠物之声》，它成了摇滚史上最受欢迎的专辑之一。

然而故事到这里还没说完，在这张专辑面世之前，威尔逊向列侬与麦卡特尼进行了试演，二人从头到尾听完这张专辑后竟要求他再演奏一遍。紧接着他们就创作出了那张惊世骇俗的专辑——《佩珀军士孤独之心俱乐部乐队》（后文简称《佩珀军士》）。麦卡特尼承认，是《宠物之声》激发了披头士的竞争意识，而海滩男孩的实验之作也让披头士看到了自己赶超的可能性。至此我们可以说，在某种程度上，对于竞争的欲念以及明星型的特性已经为音乐史贡献出了三张伟大的摇滚专辑。

在街头艺术领域，竞争也无处不在，只是并非所有竞争都是温和友善的。1985 年，英国先锋涂鸦艺术家金·罗博在伦敦卡姆登区运河边的墙面上创作了最早的涂鸦艺术作品，只有乘船前往才能看到。多年后，英国当局认为他的涂鸦作品无法称为艺术，而是一种故意损坏公物的行为，于是几乎清除了他在当地火车和墙面上创作的所有作品，仅留下最初的一幅。

后来街头艺术家班克斯走进了罗博的生活中。传说中他们在一个叫作“龙吧”的地方相遇，当他们互相介绍时，班克斯声称自己从未听闻罗博的大名。面对班克斯的挑衅，罗博扇了他一巴掌，说道：“什么？你没听说过我？那你现在该忘不了我了吧！”

这段因缘际会后来成了一段传奇，引发了一场旷日持久的对峙。正如纪录片《班克斯与罗博之涂鸦大战》记录的那样，先是班克斯在罗博运河墙上的作品上画了一些涂鸦，对罗博发起挑衅，讽刺他快从涂鸦艺术的世界“退休”了；作为反击，罗博在班克斯的版本上进行了修改，让班克斯画的工匠看上去像在写“金·罗博”三个字；三天后，在“金·罗博”三个字前面神秘地出现了一个“干”字（你知道我在说什么吧）。

在某种意义上说，这场“战争”甚至在罗博突然被高空坠物击中陷入昏迷后还在继续。受伤后不久，罗博就去世了，享年 44 岁。在罗博还昏迷不醒时，为了向他致敬，班克斯又回到了卡姆登那个地方，以黑白两色重新画了一版罗博的原作，并在旁边加了一个皇冠和一罐喷漆，喷漆上还标有“小心明火”的标识。但随后这幅涂鸦就被罗博的支持者稍加改动，还原成了原先的版本。随着时间的推移，还原作渐渐褪色，又变成了班克斯的致敬之作。谁能知道在你看到这幅作品的时候，它会呈现出什么样子呢？

显而易见，罗博与班克斯之间的竞争存在着相互倾轧的成分，他们试图证明自己才是这个圈子的王者，并毫不掩饰自己想扬名立万的意图。对于艺术创作而言，这种动机是不纯粹的，但这还是让罗博从退隐状态迈向一个更大的舞台，也让班克斯在艺术史上的地位有所提升。在明星型专属的街头艺术领域，竞争意识为他们彼此都带来了莫大的好处。

你会发现，在你遇到创作瓶颈或自信心受到打击时，你的竞争欲往往会坚定你的决心。对于明星型而言，竞争欲是一种推动创作的动力。

### 创新推进器
### 正视你的恐惧

明星型总是想要表现出很自信的样子，但只有一部分人会如此，在另外一些人自信的面具之下则隐藏着深深的不安。明星型处理不安的方式很惊人，就是将他们的艺术作品和他们自身无限放大。克服恐惧或者说至少与恐惧和平共处的第一步，是认清它。以下是一些明星型所共有的恐惧：

- 自己的能力无法满足自己的自负心理；
- 担心成功不如想象中那么美好；
- 遭受失败；

- 眼睁睁看着自己过气、被遗忘，自己的艺术作品也因不合时宜而被唾弃；
- 输给竞争者，被后起之秀赶超。

看看这其中有几项令你产生了共鸣，想想看你还害怕什么，在你的恐惧清单里再加上三项。然后针对每一个单项试着回答“我能怎么克服”。比如你作为一个导演，如果你最害怕的是你的剧目在首映夜以后就被撤下了，试着写下你将如何面对这一失败。是重新创作一个新的剧目呢，还是进行一些修改、换一个剧院重新上演？对其他恐惧事项也试一下这种演练，看看是不是能减少你对它们的恐惧。

## 写给明星型的警世恒言

哈，明星型，那种能够让你充满活力、敢于冒险的骄傲也同样会让你对被人忽视极度敏感，以至于你会不惜放弃自己的审美追求而流于媚俗。现在让我们来看看你有可能会面临的一些挑战，思考一下哪些是你能克服的，这样你才能突破障碍、达成梦想。

### 把结果看得比过程更重要

舞者兼舞蹈编剧特怀拉·萨普在她的《创意是一种习惯》一书中做了一次发人深省的调研，她让读者完成 33 个问题，其中我最喜欢的是第 26 个：当你工作时，你更喜欢的是过程还是结果？当我向我的学生提出这个问题时，很多人试着用“都喜欢”来敷衍作答。但如果一定要选，他们中的明星型大概会选择“结果”。

对一个明星型而言，看到自己的努力最终凝为果实，并展示给全世界——还有什么比这更能满足自负心理的呢？试想一下，你正走过一家书店，然后，哇，印有你名字的那本书正在橱窗中闪闪发光；场

景还有可能是这样的，在经过几个星期的密集彩排后，你终于在舞台上说出了你的第一句台词；或者是你正坐在一家影院里，整个屋子的观众都在巨幕上观看你的电影。

畅想你最终成功的那一刻会让你继续努力，特别是在你遇到难关时：当你无法与你的舞伴灵犀相通；当你抓耳挠腮也想不出那个合适的单词；当你担心如果你现在无法成功，你将永远流于平庸。很有可能这些时刻都会成为你在创作之路上的启明星。

自我控制课
学会珍惜过程

如果你是那种只关注最终的奖励（情感上的或经济上的）而非过程的人，有一个问题需要你好好考虑一下：如果你对观众的反响——无论批评还是赞誉都毫不关心，那你会创作出怎样的艺术？回答完这个问题后，试着腾出一段时间，在钢琴上乱弹一气或在练舞房里蹦跳一阵，纯粹为了取悦自己而不去想其他目的。这会让你意识到艺术创作本身是多么有趣。

然而明星型，我必须提醒一下你们：结果导向型确实有好处，但研究表明，这样做也有它的劣势（参考第二章的“工匠型”部分）。首先，如果你认为为了赢取你想要的赞赏与经济收益，你必须“忍受”创作的过程，那你就无法体会这一过程的乐趣；其次，如果比起创作出好的作品来，你更希望取得成功，你的作品就遭殃了——艺术才是最重要的东西，不是吗？

## 拥有无谓的雄心壮志

一些明星型认为只有成为巨星（而非一般的明星）、主演（而非配角）、畅销书作家（而非销量平平的作家）才能实现自己的抱负，因此忽视了他们真正想要的东西。时不时幻想自己站在行业的巅峰也许能鼓励你创作，但这也可能令你产生一种无力感，让你创作不出任

何东西。

回忆一下你是否曾经身陷这样一种陷阱。也许你曾经想过甚至大声叫嚣过：如果我的唱片合约不理想，那我干脆再也不唱歌了（给他们点颜色看看）；或是“如果我导演不出韦斯·安德森那样的作品，那我的电影生涯又有何意义呢？”（我们这群可有可无的电影人）；或是“我在这部剧上花了这么大的力气，它还是无人问津。观众究竟识不识货啊？”（没有人会因为你足够努力而赏你一个安慰奖）；又或是“有谁会对我的人生感兴趣呢？”（如果炙手可热的伊丽莎白·吉尔伯特、玛丽·卡尔或谢丽尔·斯特雷德因为这种念头而停止了创作又会怎样呢？）

明星型，这些念头的背后很可能是你对于成功或者失败的恐惧——又或者两者都是。也许在你的成长过程中，被灌输一种观念，那就是创作只能被当作兴趣爱好而不能当作“正经职业”，因此你迫切需要证明你自己是一个能够自给自足的艺术家；也许你的母亲或戏剧老师曾说过你极具天赋，因此你确信自己应该至少能在林·曼努尔·米兰达的下一部剧中扮演某个角色。你在自己的雄心壮志和对梦想无法实现的担忧之间不断徘徊，这令你筋疲力尽。

在谢丽尔·斯特雷德写给她在电子杂志《兰普斯》的专栏“亲亲小甜心”的一封信中，她表述了这种矛盾的心理。这是一封写给一位年轻女士的回信，这位女士担心自己永远也无法实现自我突破、实现自己的作家梦想。斯特雷德看出这位女士在自己身上施加了太多的压力，而这种带有明星型倾向的压力，如斯特雷德所言“可以令你冲上云霄，也可以让你坠入地狱”。

接着斯特雷德用自己的经历对这句话进行了注解，为了写出她的第一本书——也就是那本叫作《火炬》的小说，她是怎样学会了谦逊。她写道：“我一定要写出这本书，尽管我意识到这本书很可能会极度平庸，很可能根本出版不了，更无法与那些我烂熟于心的大师作品相提并论。就是在我低下头颅、学会谦逊的那一刻，我发挥出了自己应有的水准。”在这封信的最后，她给出了一条深得我心的建议，“像个混蛋一样写作吧。”

## 试图控制一切

蜚声全球的导演阿尔弗雷德·希区柯克曾经说过："在剧情片中，导演就是上帝，他创造了万物。"一些明星型把自己看成一种近乎上帝的存在——在某种程度上，他们确实可以这样。所有创作者都把自己看作是上帝，不是吗？尽管你也许不会像希区柯克和巴勃罗·毕加索（在"名人聚焦"这个部分，我们还会对他进行展开讨论）一样，将这种想法公之于众，但你对于扮演上帝这件事简直乐在其中。这句话尤其适用于写作者——无论是小说家、电影编剧、剧作家还是其他——他们创作出人物，左右人物的命运，使人物颠沛流离，开始一段错误的姻缘或莫名其妙出现在战争前线，还会在他们通往幸福的道路上设置重重障碍。

明星型，你们要注意了，正是这种创造一个属于你自己的世界的愿望反映了你的控制欲，尽管在现实生活中你并没有能力主宰他人的命运。将这种控制欲宣泄到你的作品中或许是一种健康的做法，但滥用这种上帝权限也可能会让你付出一定的代价。

根据迈克尔·坎宁安同名小说改编的电影《此时此刻》反映了一些作家对于自己笔下主人公的一种病态的控制欲。电影主人公是知名作家弗吉尼亚·伍尔夫（其扮演者是学院奖最佳表演奖得主妮可·基德曼），她正在创作那部经典的现代主义小说《达罗威夫人》。她一边撰写小说、操控笔下的人物，一边对主人公克拉丽莎·达罗威的命运喃喃自语："她会死的，她就要死了，事情接下来的发展就是她会自杀，她会为了不值一提的小事自杀。"观众清楚地知道，这其实也是导演在暗示伍尔夫自己的死亡——1941年，她在自己的外衣口袋里装满石块，自沉于欧塞河中。

但在电影中，伍尔夫的结局有了一些转机。在她亲爱的姐姐瓦内莎和孩子们来到她位于伦敦郊外的家中看望她时，她正在沉思。瓦内莎问她在思考什么，伍尔夫回答说："我本来要杀掉我的主人公，但现在我改变主意了，决定杀掉另外一个人。"后来她真的这么做了。

电影里这个经过艺术加工的伍尔夫从未因为自己能够像上帝一样

决定笔下主人公的命运而感到不安，但喜剧作家弗兰·勒波维茨却恰恰相反，在她成长的环境中，写作被看作是一项神圣的事业。她在《巴黎评论》的一次采访中说道：“在我很小的时候，大概是五六岁吧，我才知道书是由人类创作的。在那之前，我一直以为书是由上帝创作的，它像树一样，是大自然的一部分。当我妈妈告诉我这些的时候，我向她确认了很多次‘你在胡言乱语些什么？’‘你说的这些话是什么意思？’我无法相信事实竟是这样，这太令人震惊了。这就像指着一个男人告诉我说他创造了树木一样。后来我就立志要成为一个作家，因为我想这大概是最接近于成为上帝的一件事。”

成为创作者是不是一件很专横的事呢？勒波维茨的答案是肯定的——她还认为这会诱导犯罪。在马丁·斯科塞斯为她拍摄的记录片《公众演讲》中，勒波维茨说道：“写作的历史是这样的……当人们在写作时，他们也同时在伤害着自己。有些人习惯喝酒，有些人习惯抽烟；当你在写作，你就是在伤害自己。这是一种惩罚，因为你僭越了上帝的角色。”

以现实存在的人物为原型创作小说是一项罪过，必须为此赎罪——这也是伊恩·麦克尤恩的小说《赎罪》的核心思想。在这本书中，年仅 13 岁的女孩布里奥妮误解了她姐姐与其爱慕者之间的嬉闹，由此引发了一段故事，葬送了二人的爱情与人生。当她逐渐长大，认识到她所做的一切时，布里奥妮质问道：“如果一个小说家能够使用自己的绝对权力决定事情的发展，那他就是上帝，这时他该怎样才能实现自我救赎呢？”讽刺的是，她注定要用一生的时间来编写一个故事，以弥补她曾经犯下的罪过。

作家所拥有的权力已经太大了——这种担忧让人想起希腊神话中伊卡洛斯的故事。伊卡洛斯的父亲用羽毛和蜡为他制作了一双翅膀，同时提醒他，不要因一时得意而飞到靠近太阳的地方去。显而易见，伊卡洛斯没有听取父亲的教诲，他的翅膀融化了，自己也坠入深海之中。

创作本身是否代表一种自傲？是否已经让你飞到了离太阳过近的地方？也许是吧。不过，纯粹的创作欲（而非仅仅是灵感）也会激发

明星型进行创作。虽然这种辩驳听上去有些无力，但大多数情况下扮演一下上帝并不会对他人造成什么伤害，它还能放手让你创造一个属于自己的世界，沉浸到想象中去，在那里上演生离死别的剧本——这种桥段要是出现在现实生活中可是很可怕的。

名人聚焦：巴勃罗·毕加索

失控的傲慢之魂

很多创作大师都带有明星型的特质，这背后有它的必然性。强烈的自负对于明星型而言如同他们的心跳一般，这对创作来说不只是重要的，这就是他们生存的必需品。

所以，利用你充沛的自信心去追求你的梦想吧！只是你也要认识到，过度的自信会使你陷入无法控制的傲慢之中——巴勃罗·毕加索就是一个例子。

在 20 世纪最多产、最有影响力的艺术家名单中，毕加索即便不是其中之最，也能名列其中。在他漫长的一生中，人们对他建立了这样的认知——他从来不会默默无闻地埋头苦干！我无意指出他过剩的自负对他的画作产生了什么不利影响，但如果你想成为那种野心勃勃、功成名就的明星型，还希望能够留下一个好名声，那这个故事也许能为你敲个警钟。

正如大多数明星型一样，毕加索获得成功的一个关键因素在于，他从不怀疑自己是否能有所成就。在他对知名摄影师布拉塞所说的那样——后者被称为 20 世纪 30 年代的“巴黎之眼”——“成功是非常重要的！人们常说艺术家要为自己而创作，为‘对艺术的爱’而创作，他们必须蔑视成功。胡说八道！艺术家需要成功，因为成功不仅能带来名利，还尤其是创作的必需品。”但毕加索也认为艺术家必须遵从自己的内心，他说过，“谁规定了成功一定要属于那些迎合大众品味的人？以我来说，我想要证明，即使没有人赞同，即使不作出任何妥协，你也照样能够取得成功。”

毕加索无比的骄傲并不是对他毫无影响。很多认识他的人和艺术

史学家都表示过，毕加索的脾性相当骄横。保罗·约翰逊的《创作大师》就对毕加索极端的自负作了一些既有趣又可怕的描述。早在理查德·尼克松的仇敌名单问世之前，毕加索就有这样一个名单了，其中包括所有资助过诸如乔治·布拉克等“其他”立体主义艺术家的赞助人。他还抨击他的画家朋友亨利·马蒂斯，批评他的画风古怪，“马蒂斯的画作是什么东西？不就是把一个红色大花瓶倒放在阳台上吗？”画家和雕刻家、西班牙人胡安·格莱仕则遭受了毕加索最猛烈的攻击。他说服自己的赞助人停止赞助格莱仕，让对方接不到任何活计，在格莱仕英年早逝时，他还惺惺作态地表示哀悼。

这还不是全部！毕加索最著名的一位恋人弗朗索瓦丝·吉洛在离开他后写了一本书，叙述他们在一起的日子。她说毕加索将女人分为“女神和出气筒”两类，还夸口说他的目标是把女神都变成出气筒。她还声称毕加索曾对她说过“我宁愿看到一个女人惨死也不愿看到她快活地在另一个人身边”。

他显然也不愿意看到其他男人有好日子过，甚至是他自己的儿子。在吉洛告诉毕加索她即将出版这部回忆录时，他把自己的孩子克劳德与帕洛玛扔给了她，禁止他们再出现在他面前。当他 82 岁的时候，大概是因为他失去了性能力，传闻说他在见克劳德最后一面时说了这样的话，“我已经老了，但你还年轻。我真希望你去死。”

这都还不算什么，致命一击在这里。毕加索曾对一位朋友说“上帝才是能与我相提并论的艺术家……我就是上帝，我就是上帝，我就是上帝！”没有哪句话比这更适合用来作为自大狂宣言的了！

谁也无法否认，毕加索得到了明星型梦寐以求的一切。他赢得了名声、财富，拥有对异性的吸引力，通过艺术实现了不朽，还在供奉着艺术大师的圣殿上永远占有一席之地。但他自己为此付出了怎样的代价，他身边的人又受到了怎样的折磨呢？

自我控制课
全面检视你的自信心

明星型，你必须承认，有时你会太过沉醉于野心、欲望和对名

望的角逐之中。在这里，我给你们一句咒语，在你感到自己的自负即将脱缰而出时，你可以默念几遍：“不要受自负的操纵，不要受自负的操纵，不要受自负的操纵。”这是不是让你感觉好点儿了呢？

## 想要超越你的前辈

在第二章你会看到工匠型是怎样尊崇先师的，明星型也同样会臣服于他们的偶像脚下，但他们中的一些人总是迫不及待想要赶超。他们被这样一个念头折磨着：如果一直活在巨人的阴影之下，他们永远也无法“出人头地”。显而易见，这种野心是明星型前进的动力，但也会带来一些问题——正如画家杰克逊·波洛克与巴勃罗·毕加索之间的故事一样。

油画被认为是欧洲的一种艺术表现形式，即使到了 20 世纪中叶，美国也没有任何一位画家能穿过毕加索的浓重阴影，这种阴影甚至是沉重的——直到波洛克扛起了大旗。波洛克的妻子、画家李·克拉斯纳曾这样形容她丈夫与毕加索的关系：波洛克既崇拜毕加索，又在与他竞争，力图超越他。克拉斯纳回忆说：“我记得有一次我听到什么东西摔落在地，而杰克逊则在大吼大叫‘妈的！这家伙什么也没落下！’我过去看看发生了什么事，发现杰克逊坐在那儿，凝视着什么；他摔在地上的是一本毕加索精选集。”

传记电影《波洛克》显示，当毕加索的名字被提及时，波洛克会像喝醉酒一样进入狂怒状态。（事实上，即使没有提及毕加索的名字，他也经常处于狂怒状态。）上世纪 50 年代时，他甚至曾经采用一系列形象酷肖毕加索的人物创作了一幅滴画，然后又用层层颜料将它掩盖起来——知名艺术大师对新兴艺术家产生的影响恐怖如斯。

但最终他还是摆脱了这种影响。他开创了与众不同的滴画法，颠覆了抽象表现主义的主流画法，让美国走上了艺术的巅峰。他的地位在 1949 年 8 月 8 日的《生活》杂志上，用四页的篇幅得以彰显。在杂志上，他的名字以粗体标注，配上了一个煽动性的问句：“在所有

在世的美国画家中，他难道不是最伟大的吗？”它让整个世界都注意到，这里有一位值得被严肃对待的画家。这也在很大程度上满足了波洛克将毕加索赶下神坛的愿望。

然而，波洛克的最新战利品只给了他短暂的满足感，无法解决他的人格障碍以及酗酒问题，后者最终导致了一场车祸，夺走了他的生命，一同死亡的还有他那位年轻恋人的一位朋友。如果说正是这种想要超越自己“俄狄浦斯式的父亲”② 的野心是波洛克的灵感之源，那他为此付出的代价似乎过于高昂③ 。

当你试图超越自己的偶像时，还会出现的一种情况是你的偶像也许不太愿意接受挑战，嘎嘎小姐与麦当娜之间似乎就是这个问题。2008 年，在嘎嘎第一张专辑《名利场》上市时，乐评家和乐迷们就注意到了她与麦当娜之间的相似性。有人诟病嘎嘎是在有意模仿麦当娜，指出她的音乐风格、华丽的装扮以及刻意展示的性感都与麦当娜一脉相承。2011 年，嘎嘎单曲《生而如此》的面世直接引爆了她与麦当娜之间的不和，一些人声称嘎嘎的歌听起来与麦当娜那首《表现自己》相似度惊人。

在霍华德·施特恩的一次采访中，嘎嘎拒绝接受这种对比，她说道：“这太愚蠢了，总会有这种毫无意义的比较，‘她是不是接过了她的接力棒？’‘她是不是新一代的她？’‘她是不是能比她红得更久？’有些人认为我会抢夺他们的王者宝座——但谢谢，我对你们那该死的宝座毫无兴趣。我可以为自己打造一个宝座，但事实上我一点儿也不需要它。”

反观麦当娜这一方，在 2012 年的全球巡回演出中，她将《表现自己》和《生而如此》混搭起来演唱了一曲，以此证明这两首歌的高度相似性。作为天后，虽然她这样做看上去确实有些小气，但当一个巨星看着一个年轻版的自己如新星般冉冉升起时，确实会不可避免地感到些许紧张。如果你是一个明星型，总有一天你也终将面对这种情形。

## 想在行业里永不过气

没什么比过气更让明星型恐慌的了，但艺术这一行本身就是变幻莫测的。海蒂·克鲁姆在真人秀《天桥骄子》中曾提醒参赛的服装设计师，“你们知道的，在时尚领域，前一天你还如日中天，第二天你就过气了。”一针见血！这句话适用于所有艺术领域，尤其适用于那些看重青春与时髦的行当。

小说家托妮·莫里森曾和她的朋友弗兰·勒波维茨一起做过一次主题广泛的采访节目。她们聊到年轻与创意这个话题，勒波维茨提出一个观点，“吃青春饭”的作家艺术生命往往很短暂，并以 F·司格特·菲茨杰拉德作为个中典例。菲茨杰拉德不仅亲身体验并且描绘出了一个肆意挥霍青春的世界，连死亡都要赶在变老之前——终年 44 岁。（当然，比起漫长的职业生涯，我们中的很多人都更愿意拥有一个像《了不起的盖茨比》这样的惊鸿一瞥，哪怕只是昙花一现。）

与之相反的是小说家菲利普·罗斯。他出版了两本杰出的小说，畅销数十年。1959 年，他通过中短篇小说集《再见，哥伦布》崭露头角后，又于 1969 年出版了《波特诺的抱怨》，巩固了他在文坛的地位——后者被很多人列为有史以来的最佳小说之一。这些书的主人公都十分年轻，但随着罗斯的年龄增长，主人公的年龄也逐渐成熟，作品中涉及的思考也引入纵深。在数十年的生涯中，他创作了大量小说，很多赢得了诸如普利策奖和国家图书奖这样的著名奖项。在罗斯 70 多岁时，他仍活跃在创作一线，写出了很多广受赞誉的作品，为此美国退休人员协会对他进行了英雄表彰。

即使这样，罗斯依旧摆脱不了过气的阴影，他不止一次尝试就此封笔，但又总是重归文坛。他还预言，人们投注在书本上的注意力越来越少，长此以往，阅读小说将成为一种少有人参与的小众行为。即使是这样一名不世出的长青作家，也在担心自己有朝一日会被文化圈所遗忘。

对于职业生涯都系于他们年轻容颜与体魄的演员来说，这种对过气的恐惧就更强烈了。2014 年的《鸟人：出乎意料的美德》深度捕捉到了这种恐惧。这部电影是关于一个饰演超级英雄“鸟人”的演员如何在过气之后咸鱼翻身的故事。

电影中的演员瑞根·托普森（由迈克尔·基顿饰演，他凭借这个角色赢得了金球奖音乐/喜剧类最佳男主角奖）为了让自己的职业生涯获得转机，他写作、导演，还在一部百老汇歌舞剧中出镜。这部百老汇歌舞剧改编自雷蒙德·卡佛的小说《当我们在谈论爱情时，我们在谈论什么》，但改编得很差。他对他的女儿萨姆说："我终于能做点儿有意义的事情了。"

萨姆的不屑一顾让他们之间的代沟显得无比巨大。她瞪着眼睛对他的父亲大放厥词，句句戳心："你做这件事是因为你害怕像其他人一样默默无闻地死去，你知道吗？你的担忧是对的，没人在乎你在努力些什么。这件事并没有多重要，懂了吗？你自己也并没有多重要，你最好习惯这一点！"

但如果你是一个明星型，尤其是一个还在萌芽状态的明星型，你并不想习惯这种籍籍无名的状态。如非万不得已，你绝不会离开舞台中央。这里有一则发生在哈雷姆阿波罗剧院的旧事。剧院的中流砥柱、著名踢踏舞大师山德曼·西姆斯被要求充当"刽子手"的角色，专让其他表演者下台，甚至是威逼利诱他们隐退。不幸的是，这种事不仅会发生在三流演员身上，当天才的演员、芭蕾舞者、喜剧演员及其他表演者逐渐年老时，他们也会被剥夺上台的机会。

明星型往往很难接受这种结局，不仅是因为你再也无法继续做那些既让你感兴趣又能维持生计的事了，而且，栽在自己无法把控的事情上对于明星型而言实在是一个巨大的打击——特别是在你春风得意了数十年以后。但你需要振作起来！继续阅读下面的"名人聚焦"，从那些无惧时间、活成了舞台常青树的表演者身上，你会得到一些宝贵的经验。

名人聚焦：永恒的表演者

这些表演者有能力令他们的观众数十年如一日地忠于他们，同时还会吸引新的、更年轻的观众。以下是其中一些典型。

露辛达·威廉姆斯是一个创作歌手，代表作是 1988 年的《砾石路上的车轮》。这张专辑获得了金唱片奖，还为她赢得了第二座格莱美

奖杯，音乐评论家们也对之交口称赞。虽然威廉姆斯并不是一个演唱会达人，她还是赢得了很多铁杆粉丝的支持。她曾和鲍勃·迪伦、奥尔曼兄弟乐队、汤姆·佩蒂与伤心人合唱团一起巡回演出，并在 2001 年被《时代》杂志评为“北美最佳作曲家”。

我最佩服威廉姆斯的一点是，她能够随着年纪的增长、阅历的加深不断创作出反映自身现状的歌曲。她最近的一张专辑中，在通篇的爱欲之外，还有一首关于灵魂、关于如何面对逝去之物的歌，其中讲到她挚爱的父亲、诗人米勒·威廉姆斯的离世。事实上，她 2014 年的专辑《去向灵肉交汇处》开篇曲即为《同情》，其中威廉姆斯将她父亲的诗作改编为音乐。

在美国国家公共电台的一次采访中，威廉姆斯承认“资深创作歌手”这个标签会让她有些不安，因为她总会忘记自己的年龄——当时是 61 岁，她创作歌曲的能力似乎也还在不停增强。她说道：“很多艺术家都早早地创作出自己的代表作，随后就开始力不从心，我却正好相反。”威廉姆斯将自己这种生命不息创作不止的精神归功于她内心的驱动力以及随着年岁渐长逐渐获知的人生真谛，即“你经历了越多的失落与痛苦，你就越需要你的艺术”。

但相比起歌手托尼·班尼特的超长艺术生命，威廉姆斯还是小巫见大巫了。在我写作的这一刻，班尼特仍以 90 岁的高龄在出产唱片。随着班尼特年岁渐高，他的儿子兼经纪人丹尼让他上了几个晚间秀节目，让他在年轻的观众面前露个脸，还鼓励他去制作一些能在 MTV 播出的音乐视频。这使得他的职业生涯重新焕发生机，为他赢得新一代音乐爱好者的喜爱。班尼特的一些专辑中还出现了他与晚辈艺人的二重唱，比如嘎嘎小姐就曾在 2014 年的专辑《脸贴脸》中与他合作演绎。这张专辑汇集了诸如科尔·波特、乔治·格什温、杰罗姆·柯恩和欧文·伯林等著名爵士乐作曲家，用他们的话来说，可以说是双赢：嘎嘎表达了自己想被公众当作正经歌手严肃对待的态度，也同时把班尼特介绍给了她数目庞大的年轻粉丝。

班尼特告诉《纽约时报》，他从未想过要退休，相反，他还想仿效巴勃罗·毕加索、喜剧演员杰克·本尼和舞蹈家弗雷德·阿斯泰尔的事

业轨迹，他说：“他们会一直表演到死去的那一刻，如果你有足够的创造力，随着你的年龄增长，你会越来越忙。”

简·方达对班尼特的话深有体会。她是两届学院奖影后、模特、社会活动家、健身大师、作家，也是知名演员亨利·方达的女儿和商业大亨泰德·特纳的前妻。在我写作这本书时，她已 78 岁，仍在网飞公司的自制剧《同妻俱乐部》中与莉莉·汤姆琳担纲出演。对简来说这应该是件很累的事吧！在长达 50 多年的时间里，她为了不被公众遗忘，一直在不停地整容。即便连她的女儿都称她为“变色龙”，方达说，自己只是好奇心太强，好奇心一直在驱使她尝试新事物。在这一过程中，她自己也在数十年的时间里活成了潮流文化的风向标。

方达持续性的成功在很大程度上应归功于她永不言弃的精神。正如她对《华盛顿邮报》所说的那样：“重要的是你必须意识到自己还能变得更好，你的信仰必须不断飞跃。随着年岁的增长，这会越来越难。你必须勇敢地尝试冲出自己的舒适区域，看看想要成为自己理想中的状态，你还需要具备哪些条件。”同时她也问了自己一句：“我怎样才能既成为一个对万事万物感兴趣、人格健全的人，同时又不被观众遗忘呢？”

和方达一样，梅丽尔·斯特里普希望她能够改变好莱坞对中老年女演员的残酷待遇。尽管斯特里普总是被称为“她那个时代最伟大的女演员”，在年过五十时，她同样很难找到一些容易受瞩目的角色，但她将这些挫折看成是一个自己从正剧演员转向喜剧角色的机遇。这些角色的原型通常是一些女强人。比如在《穿普拉达的女魔头》里，斯特里普扮演一个八成是参考了《时尚》杂志的魔鬼主编安娜·温图尔的角色；在《朱莉与朱莉娅》中，她又扮演了广受欢迎的厨师朱莉娅·查尔德。在《名利场》的一次采访中，斯特里普强调要做适合自己的决定，这很重要，“摆在你面前的时间越来越少，你只希望成为你自己，而不是为了迎合别人而成为别的什么人。”

如果你数十年如一日地投身艺术事业，并试图对抗年龄歧视，你可以看看女星及作家凯莉·费舍尔（戴比·雷诺兹与艾迪·费舍尔的女儿）是怎样笑到最后的。费舍尔总会让人们想到她的经典角色——

《星际大战》中的莱娅公主（这个角色也同样是她的桎梏），40 年后，她在 2015 年的《星际大战之原力觉醒》中再度亮相，被部分网友批评为年老色衰。面对这些刻薄评论，她发了一条只有六个单词的推特作为回应，这条推特可以看作是年长的明星型的共同宣言——“青春易逝，巨星永存”④

### 自我培育课
### 保持活跃度

没有哪个明星型能忍受因为时过境迁或自己老了一点儿而被观众无情地踢开，因此，下面有一些锦囊妙计可以帮助你长时间保持自己在行业中的地位：

- 在一开始就选择一个隐身在幕后、年龄歧视不太严重的领域；
- 在你刚刚入行时，不要一味扮演那些年轻性感的花瓶角色；
- 随着资历增加，找机会从台前转向幕后，比如从演员变成导演，从舞蹈演员变成编舞；
- 如果你是一个作家，你需要开始在你的作品中讨论更成熟的话题，并且并将你的生活经验灌输其中，赋予你的主人公以更复杂的生活阅历；
- 无论你身处哪个领域，试着通过教学以及培训年轻人“将爱传出去”；
- 最重要的是，亲爱的明星型，你要对现在的风光心存感激，别认为这是理所当然的。

### 随身锦囊

如果你是一个明星型或者有一些明星型的特质，你会具有强烈的野心，也会很看重其他人怎么看，在聚光灯下，你将活力四射。

如何才能既最大限度地利用好自尊心为你带来的驱动力，同时

又不会因此而削弱你对艺术的追求呢？

- 别太骄傲了——这是个强有力的驱动力，但也可能成为你阿喀琉斯之踵⑤；
- 艺术家的收入起伏较大，也很容易变成明日黄花。因此，即使追名逐利是你的初始动力，你也需要找到能那个能够长期支持你追求艺术的动力；
- 征服人们的身心——但只能以艺术的形式；
- 记住这世界上还有合作和“善意的”竞争这回事（披头士在这一点上就做得很不错）；
- 像喜爱创作成果一样，爱上你的创作过程；
- 试着对你自己和对艺术保持虔诚，别因为市场的压力和担心过气就违背初心。

① Darth Vader，电影《星球大战》中的主角。

② 原文为“Oedipal father”，俄狄浦斯（Oedipal）是希腊神话的人物，他在不知情的情况下，杀死了自己的父亲并娶了自己的母亲。在弗洛伊德看来，大多数男人都有俄狄浦斯情结（恋母情结），想杀死自己的父亲以取代父亲的位置。此处以俄狄浦斯对父亲情感指代波洛克对毕加索那种既尊敬又满怀仇恨的心态。——译者注

③ 原文为“皮洛士式胜利（Pyrrhic victory）”，西方谚语，意指代价高昂或得不偿失的胜利。——译者注

④ 原文为“Youth is temporary，diva is forever”，因此上文说这条推特只有六个字。——译者注

⑤ 阿喀琉斯之踵（Achilles’ Heel）。古希腊神话中，阿喀琉斯是凡人与仙女忒提斯的儿子，忒提斯为了让儿子炼成“金钟罩”，在他刚出生时就将其倒提着浸进冥河，但因为他的脚踵没能浸泡到水中，于是成为全身上下的惟一一处“死穴”。后来，阿喀琉斯因被帕里斯一箭射中了脚踝而丧生。后人以“阿喀琉斯之踵”譬喻致命的弱点和要害。——译者注

# 第二章
# 工匠型：真诚而狂热地献身于创作
# *The Artisan*

在这个世界上，没有什么东西比文字更充满力量的了。有时我写下一个单词，然后我看着它，静候它发出耀眼的光芒。

——艾米莉·狄金森

你是乐队中的贝斯手，还是一个电影摄影师？又或者是一个剧作家？你喜欢收获掌声、爱戴与喝彩，但你并不一定想成为一个明星。你不需要太多来自外界的肯定，这不是你的目标。创作本身就能为你带来满足感。

当你写作时，如果你找到了那个精准的单词——不是一个接近或凑合的单词——会不会感到欣喜若狂呢？

当你在雕刻或编织时，你是否会因为太过专注而忘记了时空以及身边的人呢？

当你完成手稿或电影后期时，你是否会在兴奋的同时感到有些伤感，因为你即将告别你挚爱的项目了呢？

这样的你，也许就是工匠型。

## 工匠型为什么创作？

如果你是一个工匠型或带有工匠型的一些特质，你会像猎犬奔向猎物一样被创作的过程吸引：你将对它爱不释手。创作是你的精神支撑，令你为之深深着迷。你的创作原因也许在很大程度上与下面这些有关：

你创作，因为你喜欢从无到有地创造一样东西，你总会为之惊叹；因为你无法想象，如果没有艺术作为你情绪的出口、逃离俗世的桃花源以及喜悦之源，你的生活将会是什么样；因为你在 9 岁生日从父母那里获得了第一把吉他，吉他之于你就像灯塔之于水手一样，充满家的温暖；因为你找到了一项能让你集中注意力的活动，思绪不再飘忽不定；因为人们对你的第一本小说众说纷纭，说实话那些批评的声音相当刺耳，但它们既没有打败你也没有毁灭你；因为你不看重物质（这一点很棒，因为大多数艺术家都挣不到什么钱）；因为你能从任何地方找到灵感，从大自然里，从人们的身上，从影响过你的艺术家和作品中；因为以一个艺术家的身份活着对别人而言可能是一件相当孤独的事，但对你却未必；你乐于合作，于是你找到了你的乐队伙伴、表演搭档或者会一直挑战你、鼓励你、让你继续进步的填词人。

## 工匠型初印象

工匠型虔诚地拜服于艺术的圣坛之下，这对他们而言可谓至高无上。

如果你是一个工匠型，每一首被你送去刊印的诗身后都有上百首被你束之高阁的作品。你为什么要浪费自己写作的时间去找一个合适的编辑呢？毕竟，出版不是写作诗歌的最终目的——至少对工匠型来说不是。

工匠型确信：无论是否能从中获取报酬，无论世人是否能知晓它甚至他们自身的存在，他们都会坚持做自己喜欢的工作。

艺术型人格测试

如何判断自己是否属于工匠型？

1. 你是否会为寻找最佳的和弦切换、应用界面和织物纹理而煞费苦心？
2. 在谁也不关注你、不为你的艺术买单时，你是否还会继续创作？
3. 你会不会因沉浸在艺术中而忘记了时空与身边的人？
4. 你对创作的过程的喜爱是否超过最终的成品？
5. 在创作时，你是否能够安于清贫的生活——没有豪华居室、超大泳池和汽车（别说豪车了）？
6. 即使没有外界的鼓励或训练，即使别人说你没有资格追求梦想，你是否依旧相信自己能创作出好的作品？
7. 你是否相信创作等于九成的努力加上一成的灵感？
8. 你是否对那些比你优秀且影响过你，甚至为你开拓前路的前辈大师心存感激？
9. 你是否更渴望时不时地与他人合作，而不是一直孤军奋战？

如果你对于多数问题的答案都是肯定的，那你就是一个工匠型；如果你只符合其中少数特征，那你多少带有些工匠型的气质。以上两类，都继续往下看吧。

如果你是一个工匠型，你应该会喜欢这样的早晨：醒来后，你灵机一动，找到那个你为之苦恼了好几天的问题的答案，似乎是梦境给了你什么灵感。你飞快地跑向你的画架、书桌或工作室，迅速开始工作。这种情境听起来是不是让你觉得很熟悉？

电话响了？门铃响了？有谁在你肩膀上拍了一下？这些你都注意不到，因为你正沉浸在自己的工作中。

以追求艺术的名义，和几个室友一起合租一间小屋，毫不在乎自己的经济状况——这对 20 多岁的人来说也许很梦幻，但年逾四十还这样生活就不太能让人接受了。时不时你还会不由自主地想到这个问题："凭什么那个名过其实的女人能在画廊里办一场个展，我却还籍籍无名呢？"

振作起来，工匠型。你已经拥有了很多人梦寐以求的东西：真正的创作激情和完成作品的坚强意志。

## 工匠型的分类

你也许是只活在自己的世界里的艺术家，你只想找到新剧开场时最合适的打光方式，而丝毫不关心你自己周围的一切；你也许是看上去活在《甜蜜生活》① 里的艺术家，但你宁愿待在家中与你的吉他厮混，写一首令人难忘的流行曲。

浏览右侧的工匠型分类，继续阅读，看下文对其中最常见的工匠型的刻画。

### 书呆子的逆袭

就在不久之前，被称为书呆子或技术控可不是一种夸奖（起码在我的童年时期不算是）。但如今，书呆子成了一种潮流。这对工匠型来说是件好事，因为他们是如此沉迷于他们的创作工具。你的作品反映了你对细节的一丝不苟与对新工艺的追求与完善。因此，工匠型，大胆地树起技术控这面大旗吧！

创新推进器
认识你们的多样性

你属于以下哪一种？

- 狂热爱好型（痴迷于这门手艺）
- 专家大师型（愿意花 10,000 个小时来修炼成专家）
- 深藏不露型（人们会把这类人误认为是明星型）
- 隐身幕后型（从不站在台前，甚至会采用匿名的方式）
- 创作成瘾型（创作会令你飘飘欲仙）
- 忠实门徒型（敬畏你的艺术先师们）
- 呼朋唤友型（乐于与他人协作）
- 寄生依赖型（暂时没有能力挣钱付房租）

艺术大师们对于完美的追求甚至是迷恋一直鼓舞着你。

U2 乐队的主音吉他手“刀刃”运用了很多创新的方式使他的演奏听起来区别于其他吉他乐手，可见吉他之神对他青眼有加。在纪录片《吉他英雄》中，他对于如何发明失真效果的叙述给他带来了“吉他控”的头衔：“我在全情投入演奏的同时会留神听演奏的回音，填补缺失的音符，就像有两个吉他手在同时演奏，只是其中的一把吉他更侧重一些。我能在这个过程中使用一些他人没有用过的技巧，于是突然之间，一切都不一样了。”失真效果只是刀刃发明的众多技巧中的一种。事实上，多亏了他的不断试验，在 U2 的大型音乐巡演中，每一首的音效都是独一无二的。“刀刃”从不愿弹奏重复的声音。正如他对《吉他世界》杂志说的：“就像喜剧演员不愿意重复讲同一个笑话一样，我们也不愿意以同样的方式重复地演奏同一首歌。”

另外一个拥有工匠型的细致入微精神的是丹尼尔·戴·刘易斯。他以演技派身份闻名，而他为角色的付出也许会令你大吃一惊。他对《每日电讯》说道：“电影不是从摄像机开始运转的那一刻才开始的。”在扮演《我的左脚》中的克里斯蒂·布朗——一位真实的因小儿麻痹症而瘫痪的作家、艺术家——之前，他在小儿麻痹症诊所待了 8 个星期的时间。在那里，他学着像布朗那样用左脚说话和画画。在整个电影的拍摄期间，他保持入戏的状态，一直坐在轮椅上，由工作人

员喂他吃饭、帮助他越过现场的线缆。

在扮演《最后的莫西干人》中的霍克伊时，戴·刘易斯学会了建造独木船、挥舞战斧、追踪动物和给动物剥皮，到哪都带着他那把重达 12 磅的燧石枪。在扮演史蒂芬·斯皮尔伯格电影《林肯》的剧名角色时，他坚持要求别人称他为“总统先生”，并用“亚伯”② 作为消息签名。无论是否在拍摄，他都模仿林肯的口音说话。这种全情投入是不是戴·刘易斯能够赢得三届奥斯卡最佳男演员奖的原因呢？

## 专家大师型

工匠型不会满足于浅尝辄止。一旦他们认定了某种艺术形式，他们就会希望成为这个领域的专家并愿意为之付出相应的时间。事实证明，所需要的时间和实践比预想的要多得多。

马尔科姆·格拉德威尔在他的《异类》这本书中普及了“10,000 小时法则”。他指出，在任一领域想要成为世界级的专家的关键在于以合适的方式训练大约 10,000 小时。格拉德威尔举出披头士的例子，他们于 1960 年到 1962 年底在德国汉堡脱衣舞俱乐部进行现场演出。在这之前，披头士仅在利物浦俱乐部穷尽他们所有的作品做过 1 个小时的演出，观众还都是来看球的。在汉堡，他们仅在一年半的时间里就演出了 270 个场次，有时他们每场的表演长达 5 个小时。他们必须不断尝试新的题材，努力用新颖的方式吸引那些语言不通的外国人。正如音乐史学家菲利普·诺曼在《呼喊：甲壳虫在他们的时代》中说的那样：“在‘汉堡时期’之前，他们毫无纪律性。从汉堡回来之后，他们听起来就和其他乐队不一样了。‘汉堡时期’造就了他们。”

一年多以后，在 1964 年的二月，当披头士在埃德·沙利文秀上穿着配套西装、顶着蘑菇头出现时，他们已经表演过超过 1,200 个场次。这已经超过了多数乐队毕生的表演次数！

从一开始就很有天赋？当然，但以他们为例，天生的才能＋不断的练习＝大师。

工匠型，看看以下这些是否与你相吻合：你也许在相当年轻时就

入行了，四五岁的时候，你就已经是一个能让所有孩子都围着你、仰慕你的孩子；你的故事已经能够让你的同学为之心醉神迷；你能够毫无困难地跳出迈克尔·杰克逊的滑步。你因为艺术上的天赋而崭露头角，但却是你数年甚至数十年投注在工作室、笔记本或练舞房的时间才让你成为了今天的自己，同时引领着你走向未来。

## 深藏不露型

有时候，工匠型会活得像明星型一样阔绰，但他们并不是你想象得那么醉心名利。事实上，他或她很可能是个秘密的工匠型，或者至少带有许多工匠型的特征。你也许是这样的：你像明星型一样渴望有一幢海边别墅的产权，谁也不会再说你害羞或畏畏缩缩，你在社交媒体上发布状态的次数比你愿意承认的要多。然而，作为真正的工匠型，你唯有在创作时才能感到真正的满足。

如果这些描述与你相符，那你与滚石乐队的吉他手基思·理查兹就有一些共性了。

当人们想到理查兹的时候，首先映入脑海的是一个酒鬼形象：嗑药、抽烟，说话含糊不清却又喜欢喋喋不休，典型的瘦骨嶙峋的摇滚界坏小子形象。但当你听他说话时（前提是你听得清他在说什么），你会发现他最深的眷恋与最严重的瘾症就是蓝调音乐。

1961 年的某一天，理查兹在火车上突然遇见了他的童年密友米克·贾格尔，他腋下夹着两张专辑，《穆迪·沃特斯精选集》与查克·贝里的《跳跃的摇滚》。这就像《卡萨布兰卡》的台词改编版，“一段美妙友谊的（重新）开始”。这也缔造了一个奇迹的开端，这个奇迹比他们各自为政分头努力时更为伟大。在纪录片《基思·理查兹：影响》中，理查兹回忆道：“我曾以为我是英国东南部唯一个懂点儿这玩意儿的人。”当他知道自己并不是时，他震惊了。

贾格尔与理查兹对蓝调音乐一致的热情使得他们成立了一支摇滚乐队，它日后成了摇滚史上最伟大的乐队之一。乐队甚至以穆迪·沃特斯那张专辑中的《滚石》作为队名。包括穆迪·沃特斯的《我只想与你

做爱》和贝里的《让它摇滚》在内的两张专辑中的作品，在这之后几十年都是他们乐队的固定曲目。理查兹毫不掩饰他向自己热爱的蓝调歌手致敬的意图，但必须要说明的是，那些人的经济收入远远不及滚石乐队的。在与他的偶像们同台表演时，他既喜悦万分又忘我投入。

然而理查兹曾表明过，舞台并不是他最想待的地方，至少不是现在七十多岁的他想待的地方：“我的理想之境是成为一个别人看不见的摇滚明星……不让别人知道我的名字。但有时你不得不露脸做这样的事。”

这话听起来也许有些虚伪，毕竟这是一个已经拥有了“那种生活”的人，他的生活也不可能突然大变样。但当理查兹说出这句具有明显的工匠型气质的话时，他听起来确实是极其真挚的。

## 那个女孩是谁？

当你在博物馆之类的地方看到标注为“无名氏”或“佚名”的艺术品时，比如在博物馆看到的一块手工织布，这些艺术品的创作者往往是女人、非裔美洲人或者其他一些没有社会地位的人。因此，他们不在自己的作品上署名，有些女性作者会用一个男性的笔名发表自己的小说或将自己的作品挂至某间博物馆的墙面。

明星型或先锋型也许会疑惑，为什么这些工匠型能够忍受得不到任何声望、赞誉或金钱？为什么他们明知自己的名字会被“无名氏”三个字替代，依然坚持创作？好吧，这是能够将工匠型与其他创作型人格区分开来的其中一个特性：即使没有外界的认可与嘉奖，他们仍旧能够坚持创作。

一想到那些我们现在视若神明的艺术大师也曾一文不名——无论是刻意低调还是逼于无奈——你也许会感到难受。那么，就让女艺术家来为我们讲述这些故事吧，在最初的默默无闻之中，她们尤其展现出了难以想象的坚韧。

在 18 世纪晚期和 19 世纪早期，简·奥斯汀的时代，她的作品尚未风行，连葬礼的出席者也少得可怜。她匿名发表了小说，只有一些贵族才知道她是这些书的作者。她的作品并未受到好评，尽管人们认为它们很“时髦”。读者更喜欢乔治·艾略特——一位使用男性笔名的女士，以及查尔斯·狄更斯。

但在工业革命时期，读者开始对奥斯汀焕发热情；到了第一次世界大战时，她的小说已成为前线士兵慰藉心灵的良药；在第二次世界大战中，奥斯汀的小说持续风靡，连温斯顿·丘吉尔都自嘲说“是抗生素和简·奥斯汀帮我撑过了这场大战”。至此，奥斯汀不仅赢得了读者的青睐，也得到了评论界的认可，尽管直到今天她仍然被一些人贴上“一个只会写家庭事务的作家”或“言情小说的鼻祖”这些充满蔑视的标签。当然，新一代的读者认识她的途径不仅是小说，还有根据《傲慢与偏见》《理智与情感》等小说改编的热门电影，诸如《BJ 单身日记》系列等当代小说和电影的问世也与她的影响密不可分，好吧，演得不好的那一版也算。

艾米莉·狄金森一生中发表的诗作不过十多首，为了迎合 19 世纪的传统风格，这些诗作还被改得面目全非。大多数诗作都是在狄金森去世后发表的，她的姐姐拉维尼亚在她的遗物中找到了 1,800 首诗。1,800 首是什么概念！在早期，狄金森的诗收到的评论并不全是正面的。托马斯·贝利·奥尔德里奇在《大西洋月刊》中评论道：“不能因为一个人古怪、整天做着白日梦、受教育程度不高还隐居在过时的新英格兰乡下（或是其他什么地方）的人，就包容她对基本的引力法则和语法的蔑视。”数十年后，文学界才认识到了她那些轻盈飘逸的诗作的魅力。

并不是只有过去几个世纪的女艺术家才会遭受长达数十年的埋没。被誉为“无人知晓的最佳灵魂歌手”的贝蒂·莱维特在 1962 年出了她的第一张专辑，那时她只有 16 岁。其中的单曲《我的男人，他很博爱》甚至登上了蓝调音乐排行榜的前十名。一开始人们以为她只是昙花一现，但事实却并非如此。数十年后，在年近六十时，莱维特又于 2005 年出了一张《我有我地狱》，重新引起了公众的注意。从那以后，她开始与诸如保罗·麦卡特尼、邦·乔维这样的大腕联袂登台。

莱维特还受到了多个权威音乐奖项的提名与授予，如 2008 年蓝调音乐大奖的“当代最佳蓝调女歌手奖”等。听听她那首《一文不名时》，你就会知道数十年的寂寂无名是什么滋味了。

名人聚焦：摄影家薇薇安·迈尔

从默默无名到红极一时

试想一下一生中拍了 15 万张照片却从未有机会公之于众的滋味，其中还有几千张从未洗出来。（我说的是智能手机和数码相机时代之前的事，那时候的胶片需要用化学制剂洗出来。）这就是街头摄影师薇薇安·迈尔的经历。令人惊奇的是，现在她的很多照片都被誉为艺术经典。

迈尔出生于 1926 年，一生中的大多数时间都在拍照，内容多为纽约、芝加哥和洛杉矶的市民与建筑。她也去过不少世界各地的热门景点拍摄风物，随后这些胶卷大多数都被随意地放在纸箱里，从未洗出来过。

幸运的是，在 2007 年，新锐电影人约翰·马鲁夫在跳蚤市场上发现了迈尔的一些作品，被这个神秘的女人深深吸引。他确信自己遇上一个真正的艺术家，但又十分疑惑，如果果真如此，她怎么会不为外界所知。他在博客上放了迈尔的一些照片，很快这些照片就在网络上走红。随后他拍了一个纪录片，名叫《寻找薇薇安·迈尔》，试图分析迈尔作品的魅力，并让全世界都看到她数量惊人的作品。

迈尔当了 40 年的保姆，还曾经受雇于菲尔·唐纳修——一个新晋单身奶爸，也是国家脱口秀主持人。在唐纳基眼中，她是一个神秘又古怪的女人，对自己的私生活严格保密，还会在房间里堆放很多纸箱和报纸。她带着她要照顾的孩子走遍芝加哥的每个角落，因为这样可以使他们认识到善、恶以及城市生活的丑陋之处。据说迈尔的照相机几乎机不离身，那是一架可以放在腰间的禄莱福莱，这样她可以趁着别人不经意的时候偷拍他们，又或者诱使别人做出一些动作以便拍下他们的照片，丝毫没有让相机成为她与“模特”之间的障碍。

评论家和专业摄影家对这些照片的数量和水准感到震惊，她捕捉人们的面部表情和他们隐秘的情绪，甚至还揭露了种族歧视。在一张令人震惊的照片中，一个黑人男孩正在闹市中的一个擦鞋摊前为一个白人男孩擦鞋。作家亚历克斯·寇罗威兹曾在《琼斯夫人》中这样描述道："每一张'照片'都像是一个短故事的开篇，有些神秘，就像迈尔自己一样。"

在纪录片中，知名摄影师乔尔·迈耶罗维茨曾这样描述迈尔："我怀疑当她走到生命尽头的时候，她会不会后悔自己没有把这些作品公之于众。有些人生来就不会积极推进某些事，但只要一点点努力，你就可以让这些作品被更多的人看到。她从未像一个艺术家一样捍卫自己的作品，她只是创造了这些作品。"

迈尔的作品公布后，全世界的画廊都在售卖它们。可惜，她在蜚声国际前就已去世，毕生都不曾获得过任何艺术上或者经济上的地位。迈尔成了一个未解之谜，她是不是像梵·高（在第四章《感知型》中会讲到）创作那些肖像画一样，因为感到孤独所以想在自己与陌生人之间创造一些联系？作为一个活在上世纪四五十年代的女性，她对于秀出这些照片是否既缺少自信，又缺少门路？是否拍照的过程就已经能够令她满足，以至于她根本就不需要看到最终的成品？谁也无法确切知晓这些问题的答案。

但艺术家托尼·菲茨帕特里克认为迈尔的动因很明确，他对《琼斯夫人》这样说道："她完全有理由来拍摄'这些照片'，她拍照是为了见证自己曾来过这世上，是因为她无法不去拍摄这些事物，除此之外她别无选择。"

## 工匠型的优势

### 随心所欲，快乐至上

工匠型永远在恋爱中，和明暗法、速拉踢、溶暗、斜韵[3] 恋爱。

你会与艺术中的任何元素恋爱，无论大小，然后它们会汇聚为一件伟大的艺术品；你也会与任何事物恋爱，无论大小，然后将它们制作成一件伟大的艺术品。

我将这种感觉称为喜悦、欢快与沉醉，还同时是一种专注、投入与沉浸。如果在艺术创作中你感觉到了这些，那你很幸运，因为你是个工匠型！

各个领域的大师都曾经描绘过这种情感。作家杜鲁门·卡波蒂曾说过，“对我而言，写作带来的最大乐趣不是它的内容，而是文字碰撞出的美丽音符。”画家克劳德·莫奈声称，“色彩是我终日的迷恋、喜悦与折磨。”作曲家路德维希·凡·贝多芬则说，“音符在不停发出声响，它们向我咆哮、向我冲撞过来，直到我把它们写在纸上。”

工匠型们，你们是否也有过这样的体验？你正在埋头作画，直至从画布上抬起头来才发现外面天已经黑了，你不知道太阳是什么时候落的山。你已经工作了三个小时，却像只工作了三分钟；又或者，每当电话铃响起时，你都需要好一会儿才能缓过神来，意识到你在自己的家庭“工作室”（也就是你卧室的某个角落）里；你一口气写了 15页，全然忘了那个需要你出席的会议；或者，你的孩子从前门冲进来，想要点零食并看看晚上吃点什么。晚饭？估计今天依旧是吃披萨吧……

心理学家米哈里·契克森米哈将这种全神贯注、全情投入的感觉称为“心流”，并在《心流：最优体验心理学》一书中进行了深度探讨。你会经常体验到这种心流，更可能的是，你偶尔会体验到。但如果你是一个工匠型，这种心流会一直促使你进行创作。

一开始你会受到这种心流的诱惑，然后它会成为你的动力。它驱使你去创造性地尝试那些你从未尝试过的新事物，比如一些你从未想到过或不敢尝试的新技法。契克森米哈将心流状态定义为你面临的挑战与你目前的技能水准相吻合的时刻。

也就是说，当你在艺术上想要尝试的东西远远超出了你的正常水准，你也许会感到沮丧和泄气；当你正在做的东西变成大路货，你又

会觉得枯燥乏味。但如果你正在尝试掌握一门新技法，而它又在你的能力范围之内，那么在你身上就有可能出现这种心流状态。丹尼尔·戈尔曼对《纽约时报》做出了这样的表述："新手演奏家会在表演精心排练过的曲目时出现心流状态，演奏大师需要面对最难的技法以便进入心流状态，世界级音乐家的阈值则提高到在诠释最艰涩的篇章时才能进入这种状态。"

史蒂芬·金，这位极为多产的小说家对心流知之甚详。他目前的纪录是 50 多部小说（包括一些以笔名撰写的），销量高达 3.5 亿册，其中一些还被改编成电影。

在 1999 年，金的人生出现了悲剧性的转折。行走在缅因州的一条公路上时，他被一辆车撞倒，强大的冲击力使他摔进一条深沟里，伤势极度严重，包括右肺衰竭、右腿多发性骨折、髋部骨折与头皮裂伤等。他腿部的骨头支离破碎，医生考虑过截肢最终还是放弃了。但金还是在十天时间里动了五场手术，还接受了很多物理治疗。坐着成了一件很不舒服的事，有时甚至是痛苦的，他的精力大不如前，写作的欲望也随之减退。

幸运的是，过了一段时间之后，金在写作中重新找到了一种快感，他在他的回忆录《写作这件事》中描绘了这种感觉："有时，写作无异于一场艰难跋涉。在另外一些时候——随着我的腿逐渐康复，我的大脑找到了它之前的工作节奏——我感觉到那种快乐，那种找到正确的单词并把它们拼凑成一行的感觉。就好像我正在乘着一辆飞机起飞。在地面滑行，滑行，滑行……然后你突然升到空中，飘飘欲仙，俯瞰一切。我感到快乐，因为这正是我的使命。"这是我读过关于心流的最佳描述。

下面还有一个很精彩的描述，出自欧内斯特·海明威的回忆录《流动的盛宴》。在他传说中的在巴黎与美国"迷惘的一代"作家及艺术家厮混的上个世纪 20 年代的某一天，他正坐在巴黎圣米歇尔广场的一家咖啡馆里，喝着圣詹姆斯朗姆酒（他的惯例），写着一个发生在密歇根州——他度过青少年时期的地方——的故事。在欣赏完坐在临窗桌子上的那位美人后，他的注意力又回到手头的工作上。他写

道，“这个故事正在自行书写，我快要跟不上它的速度”，然后“我开始书写这个故事，它不再自行发挥，我头也不抬，也不再为自己续上一杯圣詹姆斯酒”。海明威正在体验这种心流。

工匠型，也许你已经发现了，心流状态是一种极致享受。我要提醒你一点：当心流出现时，善用它；当它消失时，你也不必太沮丧。你无法强迫它出现！但你要记住，在你认为它完全消失时，它还会再回来，在你最需要的时候给你惊喜。

## 爱上创作的过程

在第一章《明星型》中，我提出了一个由舞蹈家特怀拉·萨普在她的《创意是一种习惯》一书中提出的问题：当你创作时，你更喜欢过程还是结果？有明星型特征的人一般会选“结果”，因为他们超强的自信心就来源于将他们的努力变成有形的东西和他们能够引以为傲的东西。同时，明星型渴望这个成品给他们带来一些“甜头”。

### 自我控制课
### 伸手摘星

作为一个工匠型，你最崇高的品质之一在于无论是否得到回馈，你依旧会极度享受创作的过程。尽管你对于大额财富与声望并无过多追求，但也不妨稍稍追求一点。试想一下这样的画面：你打开你的经纪人带来的一个信封，拿出了代表你近期成绩的支票——数字末尾的零比你预想的还要多！又或者，闭上眼睛想象，在你完成表演后，整个场馆内都回荡着人们鼓掌与跺脚的声音，他们都嚷着让你再来一场。承认吧，工匠型，这种感觉是不是也挺棒的？

然而，有工匠型特征的人们往往倾向选择“过程”。因为工作本身、对技法的认真钻研以及纯粹的喜悦，才是真正吸引他们的东西。

经过对两百名艺术家的长期观察，齐克森米哈里发现，后来成功的艺术家早期对报酬都不甚关注。他和他的同事对样本进行了两次观

察：第一次是在艺术学校时，第二次是在 20 年后。那些重视过程多于结果的人仍在从事艺术创作，有些还取得了巨大的成功，那些以名利为驱动的学生毕业后的艺术生涯则不太顺遂。

工匠型，你对于过程的重视也许会给你带来莫大的好处。它会支持你度过艺术生涯的起落。

名人聚焦：画家查克·克洛斯

创作的过程是他的精神支柱

查克·克洛斯所经历过的悲剧与挫折比我所知道的任何艺术家都多，除了同行画家弗里达·卡罗（在第四章《感知型》中会有介绍）。如果身处克罗斯的生存环境，多数人都会放弃创作，但对于克洛斯而言，挫折反而燃起了他的斗志，推动他革新创作的过程。他那种从创作过程中寻找乐趣的工匠型特性刺激着他，让他寻找新的方式继续进行创作。

克罗斯的不幸始于童年时期：他有认知障碍；他的父亲在他 11 岁时去世，同时母亲患上了乳腺癌，因为昂贵的治疗费，他们失去了自己的房子；他还患有脸盲症，无法辨别人脸甚至是家人的脸，即使在几分钟前他刚刚见过。面对严峻的困境，他还是从耶鲁大学取得了艺术硕士学位，并开创了他独特的绘画风格：大幅逼真的人脸！

这还不算。一个晚上，克洛斯在参加完一场颁奖典礼后突然觉得不太舒服。原来他的脊髓动脉中出现一个血栓，几小时后他就瘫痪了，永远被囚禁在轮椅上。你能想象吗？这相当于敲响了他生命的丧钟，还剥夺了他的创作能力。但克洛斯想了几个办法好继续从事自己所钟爱的事业：首先是用他的嘴巴衔着画刷，然后做了一个能把刷子贴合在手上的装置。他在超大的画布上作画，画布挂在墙上且可以翻转，这样他就能随时触达自己想要的区域。他一次只画一个小方块，所有的方块都添加在一张既有的肖像画原图上。

克洛斯曾说，几乎他的所有作品都与他的认知障碍有关。尽管让一个有脸盲症的人去画脸听上去有些讽刺，但他画肖像画的初衷就是

为了记住他所爱的人的脸——并向艺术团体证明，肖像画未死，只是需要以一种新的形式呈现。

在哥伦比亚广播公司的《今晨秀》系列的《自我告诫》这一集，克洛斯建议年轻的艺术家“动笔创作你的作品，看它会把你带向哪儿。你不必天天调整你的车辙，今天做你昨天做过的事情，明天做你做今天做过的事情，最后你总会到达某个地方”。

## 保持坦诚

在人们关于任何事物所说过的所有箴言中，我最喜欢的一句也是来自克洛斯。在劝诫艺术家的时候，他说，“灵感是属于业余爱好者的——我们这些人只需要天天出现在画室并开始工作。”作为一位工匠型，你应该把这句话作为你的座右铭。它否定了那种既浪漫主义又极度危险的观点：人们应该先等待神圣的启迪，等待完美的时机，等待灵光乍现，然后才能开始创作。开始创作的唯一方式就是——开始创作。（这句话是我说的！）

近年来越来越多的艺术家开始认同工匠型的精神，认为持续的努力与创作灵感同等重要。音乐家杰克·怀特是白色条纹乐队和健谈者乐队的主创，他发现当他创作新歌时，灵感并非常伴在侧。在纪录片《白色条纹：在炫目北极光下》中，他说道：“灵感与敬业精神，二者是并驾齐驱的……不是每一天你睁眼时都会感觉乌云消散、阳光灿烂，也不是你就能凭此作出歌曲。有时，你需要坐下来强迫自己去工作才能写出一首不错的歌。”

作家伊丽莎白·吉尔伯特的 TED 演讲以及她关于创作过程的《大魔力：超越恐惧的创造性生活》可以看作是一种号召，号召人们把创作看成是一项艰苦劳作，别依赖于某种神力的帮助。她认为也许我们每个人身边都有一个“无常的天才”，它会帮助我们发挥创造力，但她也提醒我们，它不会一直常伴我们左右。这时怎么办？她说：“别气馁，埋头干活儿，直至做完你该做的事，不管会做出来什么。”

我同意这种说法。拖延怠工、等待“无常的天才”或缪斯的出现毫

无意义，也许甚至不存在什么缪斯；也许他正在和其他艺术家插科打诨；也许，只是也许，它就在你身体里，将来总有一天会显现出来。就像伊莎贝·阿言德在她的精选集《我们为什么写作》中说的那样：“保持工作，保持工作，保持工作，接着缪斯也会加入你的工作。”

安妮·拉莫特是我最喜爱的《关于写作：一只接着一只鸟》这本书的作者，她也声援了这种观点。拉莫特把写作称为“一种坚持，一种信仰，一种艰苦劳作”，并且补充道,“你最好还是去开始你的工作。”一个多世纪之前，作曲家彼得·伊里奇·柴可夫斯基在给他的女性资助者的信中说道：“一个有自尊心的艺术家不会以他不在状态为由而停止创作。”

工匠型，我猜其他创作型的人也许会嘲笑你，只因你对创作的过程不断求索。但你也知道这是一项令你感到充实、常常令你沮丧、有时还让你感到精疲力尽的工作。

自我培育课

自主设置截稿日期

没有什么比外界的期望更能激发工匠型本能的了。它令他们在面对艺术上的抉择时犹豫不决，也令他们像其他类型一样三心二意。当出版时间、交稿时间、开题时间或约定的录音时间近在眼前时，平时的过度推敲和吊儿郎当就不见了，职业道德开始占据上风。工匠型，你基本能摆平这些事。但如果你的制片人或者编辑没有给你一个明确的截稿日期呢？你也许需要自己设立一个——这很重要——阶段性截稿日期。比如，为自己定下诸如在 x 日完成第一章、在 y 日完成第二章等目标，不要被整部巨制压得喘不过气。骗自己相信工作必须要在某个特定时间前完成。

我知道这样做起来会很困难，但讽刺的是，在这种情况下，自我欺骗反而是对自己坦诚相待。在你的智能手机上设定好你预备花费在作画上的时间，或定好一个你每晚要写完几页的目标。把达成目标视为一种命令而非选择，看看这样会对你的创作产生怎样的影

响。你要这样想：必要性与其说创作之母，不如说是一个苛刻、较真又严肃的缪斯。

## 拥抱影响，拒绝桎梏

对你而言，如果工作而非认可或竞争才是最重要的事，那致敬一下你的前辈以及那些影响过你的人也没什么坏处。这就是工匠型。

世界上不存在一张白纸，每一个工匠型都拥有一张蚀刻素描，它被成千上万名开宗立派的先贤涂画过。无论他们花费多大力气去抹除，这些涂鸦的影子都依稀可见。正如小说家珍妮特·温特森在《艺术对象》中说的那样："这并非祖先崇拜，而是一种艺术的传承。与其说这是一种影响，不如说这是一种衔接。"

我的创意写作学生有时会担心值得书写的东西都已经被写过了，又或他们的风格太像某位作家的衍生品。对于担心自己接受了太多艺术偶像影响的艺术家来说，这种担心是常有的。我向我的学生保证，即使他们选择了爱情或失落这种最常见的题材，这篇文章也是独属于他们的；在创作伊始，向他们最崇拜的作家学习是一种历史悠久的传统，这会引导他们衍生出自己的声音和风格。这些话也适用于你。

作为一个工匠型，你要知道你的艺术前辈已印刻在你的创作基因中，模仿和热爱你的"艺术母体"完全不是问题。你也要知道，你最终会与这些母体分道扬镳，创立你自己的艺术风格，进行你自己独一无二的创作。这就是艺术的历史。

就作家琼·狄迪恩而言，她的创作母体是欧内斯特·海明威和亨利·詹姆斯。狄迪恩对《巴黎评论》说，海明威的作品使她爱上了成为作家这个想法。青少年时期，她会一个字一个字敲打出他的故事，研究那些句子是怎样组合的，那些她形容为"像潺潺流动的河流一般，清澈的水流淌在花岗岩上，看不到半点儿危险的深渊"。

同时她也受到了詹姆斯的影响，讽刺的是，海明威一直都想在创作上成为他的反面。狄迪恩形容詹姆斯在《一位女士的画像》和《鸽

翼》等小说中的写法为“句子里含有深渊”，“会溺死在那些句子里”。阅读狄迪恩的任何散文、小说和回忆录，你都会发现两位作家在她的作品里留下的影响。

作家比尔·布莱森称 J. D.塞林格的作品让他见识到了精准使用词汇的价值，因此不会随便用一个差不多的词语。正如布莱森在一本讲述写作风格的书《书籍的声音》中说所说的那样：“我十四五岁的时候读了《麦田里的守望者》和他的其他作品。他的描述性片段——人的脸反射在镜子里的样子，桌布的铺设方式，太阳下山——有时看上去有些繁琐，但这没什么要紧，因为这向你揭示了原来有人可以如此自如地操纵语言，将它使用得如此精准。”

布莱森是一位幽默和夸张文学大师，他后来将这种感悟写进了他的作品中。他说：“无休止地搞怪是我唯一知道的写作技巧——我从未停止探索……我想得最多的是怎样正确地讲笑话。这很大程度上是时机的问题——使用正确的词汇至关重要。在这些年的写作里，我只遇到过两三次灵光乍现的情况。多数时候，你知道它在那儿，但你必须为之绞尽脑汁。”如果你曾读过布莱森的《林中漫步》或其他作品，你绝不会把他和塞林格联系起来，但在对文字出神入化的使用上，他们二人如出一辙。

工匠型会尊崇他们的偶像，这是再自然不过的一件事——但他们并不会受到偶像的桎梏，这对创作可是相当不利的。幸运的是，作为一个工匠型，你并不会轻易被束缚。

画家亨利·马蒂斯对于海纳百川的重要性了然于心。对他以及其他一些画家甚至作家而言，保罗·塞尚就是“那一位”。他向世界展示了绘画的博大精深，带领这门艺术走出 19 世纪的影响，迈向 20 世纪。在《马蒂斯论艺术》中，马蒂斯写道，他认为塞尚是“某种绘画之神”；他还嘲笑了那些认为自己被塞尚压制的人，“我对那些无法从他人的影响中存活下来的作家深表同情，就我个人而言，从来不会拒绝他人的影响”。

风水轮流转，在马蒂斯的影响下，孕育出新一代——20 世纪中叶的画家。在舞台剧《红》中，以抽象表现主义画家马克·罗斯科为原

型的主人公向他的助手肯阐释马蒂斯的作品《红色画室》对自己的影响：马蒂斯对他画室的描画打破了西方传统，他以他看到的方式来描绘画室里的画布、椅子和其他事物，而不是基于精确的观察，由此所有的事物的淹没在一片茄红色的背景中。最终的效果就是，这些物件仿佛要从画布上一跃而出。

在《红》中，罗斯科说："可以说，我做的所有作品都可以追溯到那幅画和我站在这幅画前观察它自发工作、自由移动的时刻……我观察得越久，越觉得它在我周围沸腾，他画出的这些红色平面、这些充满活力的色块、这种情绪！我沉浸其中，它吞没了我……"罗斯科对于马蒂斯如痴如醉的研究，致使他发展出一种属于自己的鲜明风格，这种风格以洋溢着活力的颜色闻名，一眼就能辨别出。

有时你会为某一个艺术家深深着迷，但你清楚自己永远无法创作出他们那种程度的作品——这完全不可能。于是你就有了两个选择：是让这种"不可能"阻断你的步伐，还是让它激励你向偶像学习，即使知道你的目标遥不可及？

在杰克·怀特 18 岁时，有人放了蓝调歌手桑·豪斯的一首《你灿烂的微笑》给他听，他顿时失魂落魄。他在纪录片《吉他英雄》里说，那一刻整个世界都消失了，只留下歌者和他的歌。没有音乐伴奏，只有桑·豪斯在唱歌、打拍子，有时还会慢半拍。对于怀特而言，"这代表了关于摇滚、表现力、创造力和艺术的一切，一个男人仅凭一首歌就能征服世界"。这首歌依旧是怀特的最爱，播放这张专辑时他总是一脸郑重。尽管他知道，无论他有多努力，他（一个于 1975 年出生在底特律的白人）永远也不可能成为一个 20 世纪初生于密西西比的黑人蓝调歌手，但他还是让这种情感、这种经历和这种声音一直激励着他。

创新推进器
向你在创作上的"双亲"学习

选择两个领域相同、你又推崇他们作品的艺术家。不要只是学习他们的技巧，要复制它们。把他们的小说一页页在键盘上敲打出

来；尽可能精准地复制出他们的舞步；用他们的拍摄手法去制作一部影片。然后忘了他们，继续创作。你永远不会知道自己记住了什么，又忘记了什么，但当你探索你自己的创作方向时，你会吸收到你的创作“双亲”给予你的养分。

## 合作，或让两个人完成一个人的事情

合作是艺术创作领域的无名英雄。不是所有人都认可这种做法，因为它打破了另一种关于艺术家的浪漫想象：他们必须让自己很努力地写作、作曲、埋首雕刻——最好故事还发生在巴黎某间无人问津的阁楼里。当然，有的艺术家确实是这样的。但“独立艺术家”这个词通常用得不太恰当：画家和摄影家经常依赖于模特，小说家需要与编辑协作，而作词人则需要与作曲人合作。

如果你曾与他人合作过，你也许立刻就能明白它的好处。合作能够让你们的灵感接踵而至，互相弥补知识或经验的不足，互相鼓舞士气，把彼此从孤独中解救出来，另外，同样重要的是，可以一起找点乐子。

从事表演艺术的人们对于团队合作文化深有体会。拥有最明显的明星型特征的人居然能够像个工匠那样成功与他人协作，这是怎么做到的呢？原来，是他们内心的工匠型特质促使他们接受合作并且与那些同样优秀的伙伴分享这份光荣，而不是一味骄矜地闭门造车。下面有几个鼓舞人心的例子。

鲁道夫·努里耶夫与玛戈·芳婷打造了芭蕾舞史上最著名的伙伴关系。合作伊始时，关于古典芭蕾舞皇后玛戈·芳婷即将退休的流言四起。在 1961 年，来自苏联的 22 岁的芭蕾明星努里耶夫迫降于巴黎布尔歇机场，得到了西方的政治保护。在他们的第一次合作演出落下帷幕时，努里耶夫向芳婷下跪，深吻她的手背。

芳婷有不少绝活儿，其中之一就是能够用一只脚趾着地、长时间旋转，持续时间远超同时期的任何芭蕾舞演员。努里耶夫则擅长用他天生的魅力还有所谓的“闪电一跃”俘虏观众。他们在共同起舞时会产

生电光火石般的效果，谢幕时观众的表现近乎疯狂，为他们献上无数花束。“这是世界上最令人激动的舞蹈合作，”担任编舞的弗雷德里克·阿什顿爵士如是说，“他们注定是要共舞的。”

创新推进器

为自己找一个合作伙伴

艺术上的合作有多种形式：共同创作者，艺术家与“缪斯”，画家与模特，歌曲作者与歌手，作词者与作曲者，导演与演员，乐队伙伴，合作制片等等。找一个合作伙伴就像去隔壁串门一般轻而易举，事实确实如此，许多成功合作多年的伙伴关系都是由情侣、朋友或同学组成的。在你选择一位艺术上的伙伴时，你可以问问自己以下这些问题。

- 我们是否掌握了足够的才能和技巧？
- 是否一个人性格外向而另一个人比较内向，以便能匹配不同的任务与角色？如果不是，那我们怎样分配任务？
- 我们是否会互看不顺眼？或会发展成领导与下属这样的关系？
- 我们是否都能控制住自己、不过于自大？
- 如果只有依靠某个合作者充当领路人才能前行，我是否还愿意尝试这种全新的方向？
- 相比独自工作，合作是否仅仅是会更有趣？

芳婷与努里耶夫台前幕后的合作维持了 15 年之久，他们一生互为挚友。努里耶夫曾以他特有的热情洋溢的语气说过，“在《天鹅湖》的尾声，当她穿着她的芭蕾舞短裙离开舞台时，我愿意追随她去往世界的尽头。”他还说，“在跳舞时，我们融为同一个身躯、同一个灵魂，玛戈是我拥有的一切，她是唯一。”

另外一场著名而又持久的合作发生在嘻哈领域，主人公是梅西·埃利奥特与提姆巴兰。埃利奥特是嘻哈界获奖最多的女歌手，拥有多张

白金专辑和众多在城市广播里常能听到的热门单曲。提姆巴兰的作品独特，恰好处于嘻哈与蓝调的临界点。他们在 20 世纪 90 年代相遇，那时他们还效力于不同的乐队。在埃利奥特决定单飞后，提姆巴兰为她制作了《极速飞行》这张专辑并大获成功，贡献了诸如《雨（极速飞行）》和《扔给我》这些热门曲目。从那以后，二人一同合作完成了一些最新颖的热门嘻哈神曲。黑人娱乐电视台曾这样评价这对伙伴："提姆巴兰奇特的节奏和充满未来感的电子合成，埃利奥特鲜明的个性和意识流的歌词，二者浑然天成。他们不仅称霸了榜单，还让人们看到了嘻哈的可能性和必然性。"

## 写给工匠型的警世恒言

工匠型，你并不需要外界鼓励你去继续写作、拍摄或编织。现在，让我们来一起看看你将会面临的一些挑战以及你能够改正的一些缺点，这样你才可以在追求创作上有所突破的同时兼顾你生命中的其他部分。

### 工匠型也是要吃饭的

作为一个工匠型，你也许会发现有时候自己对"饥饿的艺术家"的浪漫形象一点抵抗力也没有——这类人认为艺术高于一切，甚至将之凌驾于基本生存需求之上。毕竟，关于艺术家的各种歌颂不绝于耳。比如诗人威廉·布莱克就曾写过："对于任何俗世名声，我都该为之羞愧。因为一个人拥有的光荣应该来自他崇高的精神。我希望鄙弃利益，我希望为艺术而活，我什么也不需要，我已经十分满足了。"

创新推进器
认清你的恐惧

作为一个工匠型，你也许会一个小时接一个小时地专注于你的

艺术追求中，这意味着你把很多鸡蛋放在了一个篮子里。这通常是危险的——甚至是可怕的！认识恐惧是克服它们，至少是与它们和平共处的第一步。以下是一些常见于工匠型的恐惧：

- 没有足够的时间来从事艺术
- 缺少必要的资金
- 将艺术凌驾于人类之上，破坏了自己的人际关系
- 无法达到艺术目标
- “被迫”变得商业化

看看哪些恐惧事项与你吻合，再添加三种到你的清单里去。然后，试着针对每一项回答“我能怎么做？”比如，假设你最大的恐惧是不得不变得商业化才能在艺术上有所成就，写下在现实中面对这种令人不快的情形时你的做法；又或者，如果你的艺术品得不到大众的青睐，你是否能够泰然处之。对其他恐惧事项也重复这一练习，看看是否会减少你对它们的恐惧。

“饥饿技术家”的典范文森特·梵·高以一种苦涩的方式呼应了布莱克的观点。他在给弟弟提奥的信中写道：“我越来越相信，为工作本身而工作是所有艺术大师的准则：即使在几乎陷入饥荒时，即使感到自己必须对所有物质上的享乐说再见时，也不会灰心丧气。”

布莱克与梵高的态度是可敬的，但他们对现实缺乏了解。事实上，很多历史上著名的艺术家之所以能全天候为梦想而奋斗，是因为有人在背后赞助他们，或有其他经济上的支撑。即使是梵高，也有他的弟弟提奥定期给他送钱；米开朗琪罗有教皇尤利乌斯二世做资助人；杰克逊·波洛克则受雇于 20 世纪中叶纽约富豪之一佩吉·古根海姆。

工匠型，你是否有一个富有且慷慨的资助人？如果没有，那你需要想个办法让自己一夜暴富或者在保证创作时间的同时兼顾你的财政

状况。毕竟，大多数生物——比如其他人类，都是需要缴纳房租、房贷和健康保险的，当然，还有大量昂贵的咖啡。“追随内心的激情”并不意味着你要追随它陷入破产、教育贷款逾期、房屋被拍卖的悲惨境地。

因此，我有一个建议（友情提醒：这也许会令工匠型失望，也会让非工匠型觉得这不像是一条会出现在创作类书本中的建议）——你也许确实需要去找份工作。

对于一些工匠型而言，收到这条建议的心情就像看到一条不想看到的新闻。毕竟，你已经发现了自己擅长什么，也更愿意将 10,000 个小时投注其中，使自己成为大师。不幸的是，你很难通过艺术获取一份合理的薪资，因此你必须通过其他方式去获取酬劳。

在《真正的艺术家都有一份日间工作》中，对“有抱负的艺术家都必须全心全意投身于自己的艺术追求之中，否则他们就只是装腔作势而已”这种观点，莎拉·贝宁卡萨提出了反对意见。她写道：“艺术并不需要你投注所有的注意力，艺术并没有要求你饿着肚子去买颜料、画布、刷子、织针和纱线，或是为了某个了不起的冰雕去买锯子或某种特定的创作工具。”

贝宁卡萨还写道：“真正的艺术家都有日间工作、晚间工作和午后工作。真正的艺术家要做实事而非投身艺术，他们从中挤出时间来创作是因为艺术在他们体内倾泻而出。”她还指出一个值得注意的事实：多数知名艺术家在成名前，都从事过朝九晚五的工作。约翰·格林曾在儿童医院担任牧师，还曾打算进神学院成为一名圣公会牧师，结果，他感性十足地运用了他与绝症儿童打交道的经验，为他那本广为称颂的《星运里的错》奠定基础。曾有 7 年之久，作家村上春树和他的妻子在东京开了一家咖啡馆和爵士吧，这家店以他们宠物命名，叫作彼得猫（后来这也成为村上小说《国境以南太阳以西》里的一个小说人物）。

作家兼幽默大师大卫·塞德瑞斯就是在他阅读自己的某篇日记时，被美国国家公共电台主持人伊拉·格拉斯发掘的。随后，格拉斯邀请塞德瑞斯在国家公共电台上阅读自己的随笔，由此打开了通往文坛的大

门。但你知道吗，即使在塞德瑞斯小有名气后，他依旧继续他的日间工作清洁工。在接受《新风气》电台节目采访时，主持人泰瑞·格罗斯询问塞德瑞斯，他是否会因为需要花一部分时间来打扫卫生，而不是把全部的时间都投注在写作上而烦心。塞德瑞斯回答说，“我认为所有的工作都是平等的”，还说在写作的前后能有这样一段完全与之无关的时间，这令他十分满意。当格罗斯追问道，对于时间的这种切分是否会影响他的作家身份时，他回答说，为了表现得像个作家，他确实可以一整个白天都无所事事，然后用夜晚的时间来写作，但在他看来这太愚蠢了。我知道你想说什么，塞德瑞斯。

一些艺术家在创作优秀作品的同时，也数十年如一日地从事他们的日间工作：作家亨利·达格尔是一名看门人，漫画作家哈维·贝克是退伍军人医院的文员，诗人威廉·卡洛斯·威廉姆斯是一名医生。另一位医生作家阿布拉罕·韦尔盖塞则不走寻常路，为了攻读爱荷华大学作家工作室的艺术硕士暂辞医生职位，写起了小说，随后又回到医药行业，边写作边担任斯坦福医药大学的终身教授。他 2009 年的畅销小说《切割的石头》是一支写给迷惘的埃塞俄比亚的哀歌，坚定了他医生—作家双轨并行的决心。

你这一生也需要想办法一边创作、一边维持生活——工匠型都会这样，他们也都能做到。下方有一些更详细的建议。

## 朋友与家庭计划

工匠型，平心而论，你是不是觉得把所有时间都用在创作上是你在这个世界上最想做的事？这样做会让你成为一个多产的艺术家，但也一定让你付出一些人际关系方面的代价。

传记作家马修·J·布考利在《菲茨杰拉尔德与海明威：危险友情》一书中说过，“与作家交朋友不是一个好选择——与作家结婚也是一样。他们把自己最好的部分都投注在了工作上。”当然，一些作家，或者扩大一下范围，一些艺术家是非常棒的朋友与伴侣，你身边可能就有一些这样的例子，或许你本人就是其中之一。

但是，对于艺术家而言，不存在“保持工作与生活的平衡”一说。事实上，2016　年《管理学会期刊》的一份研究报告显示，在工作中尤其富有创造力的人花在陪伴配偶上的时间相对较少，且在家庭生活中他们的表现也不尽如人意。这一发现也同样适用于工匠型。

自我控制课
向“钱”看

作为一个工匠型，你也许梦想着将一生奉献给艺术而不需考虑钱的因素。但现实往往会拖人的后腿——包括你的后腿。你也许会成为那个一开始就能靠艺术养活自己的幸运儿，但如果你不能，这里还有一些其他路径供你考虑：从事一份与你的创作类型相关的职业（如果你是一个作家，就去一家出版社；如果你是一个应用设计师，就去一家代码学院网站），利用晚上或早起的时间来进行创作；如果你年纪尚轻，在高中或大学毕业后的这几年，试着找一份上班时间可预测且固定的工作，与室友合租，做好节衣缩食天天吃拉面的准备，直至你实现自己的艺术梦想；申请一些津贴、奖学金，发起一些众筹项目，用这些钱支持你创作小说、举办艺术展或发行专辑；以发行为目的进行写作、得到合理的报酬，而非白白付出自己的文字与灵感。针对不同的生活情境，这些策略不适用于所有人，但它们也许对你有用。

工匠型能够做到以家庭为先吗？还是说因为他们的工作性质需要他们极度专注以致无法兼顾家庭？为什么他人竭尽全力都无法达到的工作与家庭平衡，我们却拿来要求全面献身于艺术的工匠型？

在发人深省的纪录片《演员工作室内幕》中，有一集是关于导演弗朗西斯·福特·科波拉的。科波拉委婉地劝诫在场的学生不要等到扬名立万后再结婚，他说有家室、养家糊口的需求对于要拍摄电影的年轻人而言并不是一道阻力，相反，是他们的动力。我觉得他这一说法将家庭与艺术之间的联系理想化了，并没有正视追求艺术成功与扮演好配偶、父母角色两者之间的矛盾。

科波拉的妻子埃莉诺在她 2008 年的回忆录《人生笔记：婚姻的画像》中提出了一个截然不同的观点。她引用歌手汤姆·威茨的一句话："家庭与事业水火不容……一方总是想吞噬另一方。"科波拉有一段广为人知的事迹：他在菲律宾群岛待了三年，废寝忘食地拍摄《现代启示录》，差点儿毁了他自己，还差点儿让演员马丁·辛因心脏病发而魂归菲律宾。

埃莉诺在获奖纪录片《黑暗之心：一名电影人的启示录》中捕捉到了这一段堪称悲惨的经历。在美国有线新闻网的一次采访中，她说道："当你在做一件最极端、最困难的事情时，你会将所有的事情都置于险境中，你的个人生活、你的财务状况、所有人的生命都有可能在瞬息间遭受灭顶之灾。"

事实上，科波拉顾家好男人的名声得以保全，很大程度上是因为他经常让自己的家人——包括后来成为导演的女儿索菲亚·科波拉——参与到自己的电影作品中的缘故。如果你是一个珍视家人与朋友的人，最好还是想想怎样才能让他们觉得自己在你心目中与艺术同样重要吧。

随身锦囊

如果你是一个工匠型，或带有某些工匠型的特征，创造力会滋养和吸引你，有时也会凌驾于你之上、控制你。你怎样才能最大限度地实现你的艺术追求，同时保证自己时不时能抬起头看看现实世界？

- 纵容你内心那个艺术狂人，这对你的艺术创作至关重要；
- 享受创造力迸发的时刻，但不要对它们产生依赖。它们会像毒品一样让你上瘾；
- 当一个艺术纯粹派是一件令人钦佩的事，但别忘了你还要养家糊口；
- 先海纳百川，再发表自己独特的声音和观点；

- 自我推广——你的作品应该让普罗大众看到；
- 别忘了你的朋友和家人——无论是男人还是女人，都不能单为艺术而活。

① 原文为法语 la dolce vita，是费德里科·费里尼于 1960 年导演的电影作品。电影讲述了一个花边新闻记者为了追逐自己小说家的梦想，与奢侈浮华的生活不断斗争的故事。此处指代那些活得放荡不羁的艺术家。——译者注

② 这里的林肯指代的是美国第 16 任总统亚伯拉罕·林肯，“亚伯”即为“亚伯拉罕”的简称。——译者注

③ 分别是绘画、舞蹈、电影和诗歌创作术语。

# 第三章
# 先锋型：热衷于创造全新的事物
# *The Game Changer*

别走那些前人走过的路，去那些没有路的地方留下自己的足迹。

——拉尔夫·沃尔多·爱默生《自立》

你是否曾是一个不愿把颜色规规矩矩涂在框框里的孩子？也是，既然你可以自己画一幅画，为什么要照着别人给定的轮廓填色呢？（你的画可比妈妈给你的那本填色本里的棒多了。）

当十年级的英语作业要求你写出五大段的作文时，你是不是不按常理地写了一个短篇故事交上去？尽管你的老师私底下很喜欢这个故事，但又不得不给你一个“不及格”？你并不把这放在心上——这些轶事甚至成了你向朋友炫耀的资本。

也许你正在为一部谁也看不懂的电影募资，但你相信总有一天他们会看懂。

那你应该是一个先锋型。

## 先锋型为何创作？

如果你是一个先锋型或带有某些先锋型的特质，你一定想创作一些新颖的、革命性的、有远见的作品。你拥有工匠型的专注与明星型的骄傲，二者的结合使你战无不胜。你的创作动因源自以下几个方

面：

因为你热爱你正在从事的事业，还拥有不计其数的创意——或拥有一个极为亮眼的创意（如果这话出自你口，那一定是真的）；因为你不想重复那些“大路货”，这违背了你的天性；因为你心目中的前十名艺术家都是一些大半生被主流文化鄙弃的人，这些人最终都被冠以天才的称号；因为你受到了一位导师的启迪，希望有一天能够超越这位导师；因为将视觉艺术/音乐/出版/绘画领域中僵化、毫无新意、流水线上制作出来的平庸作品推翻重来能够带给你莫大的愉悦感。

## 先锋型初印象

先锋型相信，他们正在创作的东西是全新的，超越了过往所有的作品，甚至可以视为一个新流派的开端。

再写一首十四行诗？如果它不能超过莎士比亚写的那些，又有什么必要写呢？先锋型宁愿悄无声息地创作新文体，也不愿意成为二流的莎士比亚（即使模仿莎士比亚会令你蜚声全球）。当然，你也不甘于一直籍籍无名下去。

先锋型并不想在政治上改变世界——这是激进型的倾向。他们的目标是在艺术世界开疆辟土，转而让人们以一种不一样的方式看待这个世界。

艺术型人格测试
如何判断自己是否属于先锋型？

1. 当人们质疑一种艺术上的新形式是否能够实现时，你是否会回答说“为什么不能呢？”

2. 你是否倾向于反抗现在的艺术潮流，希望探索新的领域？

3. 你是否想要一举推翻现在的音乐界/出版界/演艺界？

4. 你是否想把艺术从那些即将使它毁于一旦的商业价值中拯救出来？

5. 你是否有时会认为其他人无法领会你的艺术作品？

6. 你是否反对将艺术标签化、类型化，想要做一些反类型的作品？

7. 你是否曾参与或领导过艺术上的革新运动（也许你们还为之拟定了宣言之类的东西？）

8. 你是否在刻意回避艺术偶像对你的影响？

9. 你是否曾要求自己等待其他人跟上你的步伐，即使这要花上几年甚至数十年的时间？

10. 你是否拥有即使成为众矢之的仍坚持到底的毅力？

如果你对于大部分问题的回答都是肯定的，你就是个先锋型。即使你只符合以上个别问题的描述，那你也带有一些强烈的先锋型倾向。无论你是哪一种，请继续读下去。

先锋型经常对约定俗成的范式（比如肖像画的固定画法）感到不耐烦，会试验新的画法以重燃他们对这项工作的热情。

无论在哪里，只要出现了一场新的艺术运动或者新的艺术宣言，其创始人或起草人必定是先锋型。但这并不是说他们只想像青少年一样反抗传统——先锋型和其他创作者一样倾向于主动出击，而不是被动作出反应。如果你属于这一类，那你要么忙于发掘自己的声音和风格、努力开拓创新，要么忙于在艺术界留下自己独有的印记、创造历史，要么忙于将艺术从毫无灵魂的权贵与艺术家手中拯救出来。

先锋型是否会落入这样一个陷阱：信奉新的就是好的，仅仅因为前人没有做过这样的事？会。当孤身进入一片全新的领域身后却无人追随时，先锋型的内心也会充满怨愤。

但别害怕，先锋型——相信自己、相信艺术拥有广阔无边的可能

性，这样的信念能让你在大胆创新的道路上坚定前行。

## 先锋型的分类

你也许是那种希望用你大胆甚至是侵略性的艺术作品，令你的观众振聋发聩的先锋型；又或者，你是想要发起一场运动、签署一项宣言的那一类，先在艺术界混得风生水起，再反其道而行将这些统统推翻。

浏览下文对先锋型的分类，了解一下几种最常见的先锋型。

### 远见梦想型

乔治·萧伯纳在他的剧作《回到玛土撒拉》中写下这样的台词："你在现实生活中看到一些事物，然后你会问'为什么？'但我却在梦想着从未存在过的事物，质问着'为什么不？'"这完美地捕捉到了先锋型开拓进取的精神。

创新推进器
认识你们的多样性

你是哪一种？

- 远见梦想型（经常质问"为什么不"）
- 正义反叛型（践踏惯例和传统）
- 自学成才型（没有经过正统训练，但通过不断试验进行学习）
- 宣言起草型（为一场艺术运动起草一份宣言）
- 乐于冒险型（表现出创新的勇气）
- 流派融合型（将各种类型融合起来以创造新的事物）

- 磁场联合型（参与一个场景/天才群体）
- 龟速发展型（意识到需要一段时间才能吸引受众）
- 勇于寻路型（被拒绝后能够迅速恢复元气）

先锋型一个显著的特征就是经常会问“为什么不”。这种精神带来了艺术史上最伟大的几件跨时代作品。

先锋型不仅改变艺术，他们还不断探索着新的可能性。有时候，他们——或你——就是弗洛伊德派的卡尔·荣格说的创作“远见型艺术”的人。荣格是这么描述的：

- 它将我们与超越既有认知的超人类、永恒的世界联系在一起；
- 艺术家从个人的命运中脱离出来，向全人类发声，为全人类代言；
- “神谕”借由被选中的人之口，传递给整个种族；
- 艺术家捕捉到了文化的精神内涵，并传达之。

在今天看来，远见梦想型是那些影响过整整一代人的——通常是歌手——他们在文化的熔炉中发现了某些东西，然后把它捞到水面上来，让更多的人看到。当我问学生们谁是他们心目中的远见型艺术家时，他们通常会提到鲍勃·迪伦、约翰·列侬或碧昂斯。你想到了谁？

作家约翰·罗贝尔在《远见型创作》中写道，远见型艺术家（我称他们为先锋型）“反映了他们所处的时代，同时将它变成一个新的世界，为我们创造一个赖以生存的‘新大陆’”。罗贝尔说，古往今来的艺术家在地平线尽头看到了一个新的世界，他们为之惊叹，知道改变迟早都会来临。他们从中获得灵感进行创作，这些作品让普罗大众体验到他们所体验到的一切、见到他们所见到的一切。

换句话说，先锋型，你源于你所在的文明并且超越了它，一只脚

踏在现在，一只脚踏进未来。问题是：你能带领他人前行并推动他们进入新的世界吗？在谁也不理解你的最初阶段，你是否能忍受种种拒绝与嘲笑？

你需要像安·兰德小说《源泉》中的建筑师霍华德·洛克那样，培养对自己的信心和对恶评的免疫力。他是先锋型最典型的代表。

他说的几乎每一句话（他在书里说了很多话）都体现了先锋型的风格。其中有一段话是这样的："古往今来，总有一些人迈上一条新的道路，尽管他们除了梦想什么也没有。他们的目标各不相同，但他们都有一个共同点：全新的脚步，全新的道路，全新的梦想。他们从周围得到的反馈也是相同的——仇恨。伟大的开创者——思想家、艺术家、科学家、发明家——都在穷一人之力对抗同时代的人。每一个新的想法都遭到反对，每一个新的发明都被谴责。"然而，历史上勇于革新的人都获得了最终的胜利。

你也许会注意到，与工匠型不同，极端的先锋型不会赞赏乃至褒奖那些曾对他们产生过影响的前辈。这个特点也能从洛克身上找到印证，"我自己树立标准，从不仿效前人，我所站立的地方不是旧传统的尾声，而可能是新传统的开端。"

名人聚焦：行为艺术家玛丽娜·阿布拉莫维奇

想象力丰富，自信，坚决

2010 年，一位女士用 11 周的时间证明了自己作为先锋型的诚意。她穿着红、黑或白色的单色长袍，表现出超出人性的专注与坚忍。在纽约现代艺术博物馆里一间空旷的白色小屋，她一直坐在屋子中央的一把椅子上（总计超过 700 小时），与坐到她对面的椅子上参与互动的观众四目相对。总计有 1.5 万个人——除了几个朋友和前任外，多数是陌生人——坐到她对面，到场观展的人数高达 75 万人次。队伍一排就是几个小时，坐在她对面的人，有些在微笑，有些则流下了感动的泪水。其中有些人被第一次的经历打动，来回体验了好几次。

这位坐在屋子中间的女士就是塞尔维亚艺术家玛丽娜·阿布拉莫维奇，几十年以来，她都身处“行为艺术是否属于正统的艺术范畴”论战的核心。谁告诉她盯着另一个人的眼睛看就能制造出艺术？

她对自己的作品表现出不可动摇的信念，用了极大的热情和数十年的时间来捍卫它。她早年还有两个先锋性表演：1974 年在塞尔维亚，她在桌上摆放了 72 件东西，从羽毛围巾、玫瑰到装有子弹的手枪应有尽有，并公开募集参与者，让他们将这些东西用在她身上；一年以后，为了探索身体的极限，她先是喝了两磅蜂蜜和一瓶酒，再打碎酒瓶，然后用一把剪刀在自己的腹部刻了一个五角星。

在现代艺术博物馆的展览前，阿布拉莫维奇说她相信艺术的本质即为能量，她要把它找回来。在记录该事件及前期准备的影片《玛丽娜·阿布拉莫维奇：艺术家在现场》中，她阐释了这样的理念：“最困难的事是去做那些几乎不曾存在过的事……你只有自己，只有你一个人在场。除了自己以外，你孤立无援。”

如果你是个怀疑论者，现在也许正翻着白眼咕哝着“得了吧”。即使你是一个先锋型，也有自己的局限。你在听闻时下的热门新闻时，在想到当下流行的观众、明星（包括詹姆斯·弗朗西斯卡、莎朗·斯通等等）和无所不在的狗仔队时，甚至是 Jay-Z 的现场版，都会不自觉地怀疑这究竟是艺术还是炒作。

但如果你在现场或看到了实况转播，我想你一定会认同这些就是艺术。他们的表演极为动人，甚至满溢着痛苦。阿布拉莫维奇与另一名行为艺术家乌雷曾经既是爱侣又是艺术拍档。在分道扬镳十几年后，他来到她的个展上。当他坐到对面，她睁开眼看到他时，这一瞬间是极其感人的。

这类表演所需要的创意、策划与训练的难度也同样会出乎你的意料。你以为连续几小时一动不动地坐着、不进食，甚至不去卫生间是件很容易的事吗？（但阿布拉莫维奇找到了一种不用从椅子上站起来就能小便的方法——我是不是透露得太多了？）回想一下大学里那些你们曾彻夜讨论的问题“艺术是什么”，你会在阿布拉莫维奇的表演片段里找到答案。

## 正义反叛型

在《欲望都市》的第六季，凯莉担心她的新男友贝格尔（就是之后那个用一张便利贴和她分手的家伙）还记挂着他的前任。他睡觉时还用着前女友送他的、设置成蛙声的催眠机器，这让凯莉有些抓狂。终于，他承认前女友伤透了他的心。凯莉随即送了一个新的催眠机器给他，象征着二人关系的新起点——猜猜看这台机器里缺了哪种声音？答对了，就是呱呱声。

有时这个道理也适用于艺术。新事物都带有旧事物的部分映射：印象派反对学院派和它矫揉造作的教条主义观点，现代舞反抗古典芭蕾舞的限制，朋克则是一种对体育场摇滚乐的批判。如果细想会发现，你钟爱的任何领域的任何艺术形式，其源头都是为了与它们的母体做一次鲜明的决裂。

然而，这又不仅仅是对过去的映射。在这些运动里，艺术家发掘出自己的声音和风格，锐意创新，将艺术从玷污它们的人手里“拯救”出来，并创作出足以罢黜或至少是动摇旧势力根基的先锋作品。

说来荒谬，我们必须认识到，与旧传统决裂这种决定比人们想象中更容易沾染上私人感情因素（有时甚至是报复性的），尤其当这个反叛者是欧内斯特·海明威时。

海明威从未对自己与众不同、前所未见的写作手法有过丝毫怀疑，他有明确的目标。他想以最简单、直接、简洁的手法表达动作与情感——这种手法在当时通常用于新闻写作（而非小说）。他想要一种与 20 世纪早期花哨造作的文风截然不同的写作方式，后者以亨利·詹姆斯小说为典型。海明威的这个做法有其“历史原因”。

海明威的第一任妻子哈德莉曾告诉一位为海明威写报道的记者，她最爱的作家是亨利·詹姆斯（大事不妙）。数年后她向一位朋友透露，她的丈夫对她的这番话震怒，还说“在我们家不准提詹姆斯这个恶心的名字”。我们对此可一点儿都不意外。

鉴于海明威的小说和故事已经风靡很久了，在他之后也有很多作

家在模仿这种风格，我们很难意识到海明威作品在当时有多离经叛道，但它确实是一种反叛。

海明威在 20 世纪 60 年代初写的回忆录《流动的盛宴》里，说起 20 年代自己在巴黎写小说的那些年时是这样描绘自己的手法的：“在我开始将自己所有的文字推翻重组并去掉所有的修饰与描述后，写作变成了一件趣事，但这个过程并不容易。”

他给自己以及一些志同道合的作家提了一条建议，这条建议对于之后的作家同时起到了启迪与恫吓的作用，他说：“你要做的是写一句真话，写下你所知道的真相。”对于先锋型来说，如果这句真话能够一反之前的传统，当然再好不过了。

当你在创作一件作品时，你是否会怀疑，这么做的原理是什么？为什么那些摇滚乐、短篇故事和纪录片都在重复某种老掉牙的结构，如果我采用了某种出人意料、与众不同的，甚至是令人震惊的新结构会怎样？这很能说明你的先锋型属性。

## 自学成才型

专业训练对艺术来说没有决定性的影响，对先锋型来说更是如此。持之以恒的练习是成为艺术大师的关键（像我们在第二章《工匠型》里讲的那样），但过度的练习也会产生负面影响。

心理学家斯科特·巴里·考夫曼在杂志《科学美国人》中宣称，高强度的练习很可能对那些力图创新的人（也就是你们这些先锋型）起到反作用。他写道，“专业技能的学习在创作过程中也许是最枯燥的部分，创作者忙着学习前人的作品是因为他们想要超越前人。”他接着写道，“但学得太多就会损害创作者的灵性”，他同时指出，研究显示，在一些领域诸如写作有最佳的正统培训时数，在那之后学生更有可能创作出有创意的作品。作为一个写作老师，我发现这个规律对于一些学生来说是适用的，尽管不是适用于所有。

在流行音乐领域，披头士的成员里没有一个受过专门的培训——他们连识谱都不会——但看看他们取得了多大的成就！他们的制作人

乔治·马丁是一个专业的古典音乐家，他认为约翰·列侬和保罗·麦卡特尼敢于打破成规，这是他们歌曲创作的关键。他还引用了《浮生一日》中的一句话："一旦你开始接受培训，你的大脑就被条条框框限制住了。保罗没有那些限制，所以他是自由的，能够想到在我看来很出格的点子。我羡慕他们，我接受的音乐训练限制了我那样去思考问题。"

马丁很谦逊，但值得注意的是，他也同样把自己形容为披头士音乐想法的"实现者"。尤其是在专辑《佩珀军士》里，披头士将古典乐组曲和声效合成交给了他，因为他们无法自行完成这些。回想一下《浮生一日》这首歌里激动人心的渐强音，这是披头士的实验精神与马丁的音乐素养的结晶。

先锋型，你可以从中学到的是：试验、学习，然后让这些知识照亮你的创作之路——而非成为阻碍。

## 宣言起草型

如果你主导过某项运动或起草过某项宣言，毫无疑问，你是个先锋型。在 20 世纪早期现代主义及前卫艺术运动中，各种各样的宣言屡见不鲜。随后，它渐渐淡出历史舞台，直到 20 世纪 90 年代又随着网络的出现再度盛行。宣言的内容多为反对传统、倡导改变，行文要具有煽动性，最好还要有趣一些。

以下三场运动的宣言就比较令人难忘：

未来主义 于 1909 年在意大利诞生，哲学家兼作家菲利波·托马索·马里内蒂为之拟定了 20 世纪第一份艺术宣言。这份宣言还刊登在法国《费加罗报》的首页。在今天，你能想象有哪家报纸的首页会刊登艺术宣言吗？这份宣言开篇就是以下三条声明：

1. 我们歌颂冒险精神、横冲直撞与勇敢无畏。
2. 英勇、无畏与叛逆将是我们诗歌的基调。

3. 从古至今，文学一直在赞美僵化的思想、痴缠的感情和酣沉的睡梦。我们要赞美冲劲十足的行动、躁动不安的觉醒、激流勇进的步伐、受到的掌掴与拳头。

显然，最后一条是精华。

达达主义 于 1916 年在苏黎世诞生，创始人是罗马尼亚-法国诗人兼散文家特里斯唐·查拉。达达主义者认为是民族主义与理性主义思潮导致了第一次世界大战，所有形式的艺术都应联合起来，反对这种思潮。其创立宣言中包含了以下内容："达达因对独立的渴望而生，不相信任何团体。加入我们的人都能保持自由，我们不相信任何理论。"

反概念主义 是英国的一场艺术运动，始于 1999 年。他们声明"反对概念主义和享乐主义，反对艺术家崇拜"。每一年，反概念主义者都要在伦敦泰特美术馆外举办他们著名的游行，这是特纳奖的举办地。特纳奖以英国画家 J. M. W.特纳命名，颁发给 50 岁以下的视觉艺术家。以下是他们的一些主要观点，以某种三段论的形式展现：

- 绘画是一种自我发现的工具；
- 不画画的艺术家不是真正的艺术家；
- 只有在画廊里才能成为艺术品的东西，不是真正的艺术品。

反概念主义的观念很难辩驳，除非你是一个不画画的艺术家。在如今，这类艺术家才是主流。

你也许没有公开参与任何一场运动，但这并不意味着你没有私下起草过某种宣言。虽然这看上去有点愚蠢，但确实能够帮你弄清楚，为什么你要创作这些特立独行的艺术。

# 先锋型的优势

## 创造的勇气

心理学家罗洛·梅把先锋型艺术家的艺术个性形容为“创造的勇气”。她在《创造的勇气》一书中是这样阐述的：“道德上的勇气是敢于纠正错误，而创造的勇气则是对新形式、新符号、新模式的发掘，以此创造出一个新的派系。”

尽管梅对于创造的勇气的描述听起来空泛，你还是可以将它落到实处，运用到你的日常生活中。比如你在写作课上展示了一篇个人随笔，但谁也无法理解为什么你要用第二人称进行叙述。在这种文体里，使用第一人称是首选。你听取了他们的见解，但如果你的老师或同学反对的理由在于“那样写不对”或“个人随笔必须使用第一人称”，你不会自动屈服于他们的意见。你会考虑他们的批评意见，但不会仅仅因陈规旧律而改弦易辙。最终你捍卫了自己的艺术决定。这就是一种创造的勇气，尽管只体现在很小的范围内。

先锋型，总有一天，你会变成一个能在大范围内展示这种勇气的艺术家。你正一步步成为以勇气著称的艺术家之一。

19　世纪晚期法国印象派创始人爱杜尔·马奈是首先抛弃传统的欧洲油画题材，转而描画现代生活和普通人的画家之一。他近乎淫猥的笔触尤使法国社会为之震撼并震怒。比如在《草地上的午餐》（后文简称《午餐》）这幅画里，一名裸女正与两名西装革履的男士共进午餐。她双目直视前方，两名男士在他们的后方相互交谈，一名半裸的女士正在泉水中沐浴。马奈的题材也许冒犯到了女权主义者，但他依旧达成了自己的目标——拒绝被“核准”的题材限制，颠覆僵化保守的艺术世界。关于这幅画作有一种理解是，它描绘了布洛涅森林（巴黎西郊一个占地广阔的公园）附近猖獗的卖淫活动。尽管大家都知道那里有娼妓出没，但一般认为这种题材不适合在油画中展现。

在那个推崇文艺复兴时期作品的时代，《午餐》既是致敬之作，又是反叛之音。作家马塞尔·普鲁斯特说，有一天他和马奈在塞纳河畔

小憩，马奈说他正在以“我们常在那儿见到的那种人”为题材创作一幅现代的乔尔乔涅作品。

《午餐》毫无悬念地在 1863 年的官方沙龙里吃了闭门羹，因此马奈将它与另外两幅展出在“落选者沙龙”里，在那里，这幅画引起了轰动。毫不夸张地说，它对其他艺术家产生了巨大的影响。这些年，它启迪了诸如克劳德·莫奈、保罗·塞尚、巴勃罗·毕加索和保罗·高更等画家，作家艾米丽·左拉和电影导演让·雷诺等也深受其影响。

弗兰克·劳埃德·赖特是世界顶尖的建筑师之一（他自称“在世的最伟大建筑师”）。他活到 91 岁，直至去世那天才停止工作，可以说是 20 世纪及之后该领域的掌门人。作为一个典型的先锋型，他是美国建筑业的反叛者，还一手主导了一场声势浩大的现代化运动。

在赖特刚登上建筑舞台时，美国的建筑业依然受风行了几个世纪的欧式风格主导。赖特在广袤无边的大草原长大，草原风光为他的设计提供了灵感。他发起了一场“草原学派运动”，其宗旨是：功能与建筑的设计应该结合环境。他最著名的建筑之一落水山庄是一座立于瀑布之上的建筑，位于宾夕法尼亚西南部的乡村，被美国建筑协会评为美国建筑史上最伟大的作品。

同时，赖特也反对城市摩天大楼的建造，请求停止美国对“丑陋的追求”，声称盒子形状的建筑“是对人性的扼杀，而非鼓舞”。1943 年，当他接到纽约古根海姆博物馆的建筑委托时，他以与摩天大楼截然相反的方式建造了它，成为这座城市著名的天际线。艺术家懊恼于自己的作品从未被正确地摆放过，赖特也是一样，他把古根海姆设计成圆柱形，一条画廊沿着坡道盘旋而上。他别出心裁的风格引起了一阵骚动（有评论称它为“难消化又烫手的十字面包”），但古根海姆却成为了纽约的地标性建筑之一。可惜的是，赖特在这项工程结束前就离世了。

杰克·凯鲁亚克是“垮掉的一代”的领军人物，以小说《在路上》定义了这场运动的开端，如今的时髦人士和他们年轻时做过嬉皮的父母都热爱着这本小说。这本书的原稿是一张 120 英尺的长卷，他的编辑不喜欢这种形式，导致他们的合作就此终止。此后这本书花了 7 年才

得以出版。1957 年面世以后，它成为反主流文化的压卷之作，影响文坛数十年之久，凯鲁亚克的清冷气质与意识流的写法受到作家们的追捧。

阿尔弗雷德·希区柯克被尊为“大师”是有多方面原因的。他既能牢牢把控观众的集体心理，又擅长设置悬念，特效制作也是他的特长……这一类的优点不胜枚举。

但不为人知的是，他还改变了人们看电影的方式。1960 年《惊魂记》刚上映时，他在影院里设置了武装警卫，在最后二十分钟里禁止观众进场。你相信吗，在《惊魂记》之前，人们能在放映的任意时段进入影院观看电影，然后等待电影结束。一部电影结束后，放一会儿动画，又重新开始放映，这样观众就能把之前没看全的部分补上。在《惊魂记》以后，观影者开始准点到达影院，从头到尾地看完一部电影。这样一来，希区柯克也改变了电影剧本的撰写方式。剧作家可以为完整看完一部电影的观众创作剧本，而无需在每个场景里都强调一遍谁是主角、谁是反派等等。

希区柯克有个著名的仰慕者，那就是让·吕克·戈达尔，他是法国新浪潮运动的标志电影人之一。戈达尔被人称为“反好莱坞”人士，但反过来说也未尝不可。他热爱好莱坞作品，尤其是黑色电影，他既想向它致敬，又想打破传统。他想使用既有的黑色电影结构，在其中加入一些不常用的动作与技巧。1960 年的《筋疲力尽》围绕法国人米歇尔与他的美国女友帕特丽夏展开，米歇尔杀了一名警察，但反复出现的场景是，这对情侣躺在床上，谈论着一些与主线、与米歇尔的案件都无关的话题。

还有一处不同寻常的地方：传统的好莱坞电影人试图把电影剪辑得更流畅，因此剪辑这项工作不太起眼，而戈达尔却使用了一些技巧，让好莱坞电影剪辑过程中“看不见的手”走到台前。比如，在《男性，女性》一片中，戈达尔运用了跳跃剪辑手法，即将镜头缓缓移动，把临近的场景一个个拍下来，制作成震动的效果。同样，在《狂人皮埃罗》中，主人公看着镜头与观众对话，打破了第四堵墙。从那时开始，这些技术就一直为电影人所模仿，巩固了戈达尔作为先锋型

的声名。

厨师兼作家茱莉娅·查尔德最伟大的成就之一就是使法式烹饪风行美国。她在法国生活过几年并成了法式烹饪领域的专家，受这段经历的影响，她随后与人合著了一本分为上下两册、重达三磅的烹饪书《掌握烹饪法国菜的艺术》，上下两册分别于 1961 和 1970 年出版。为了宣传新书，她在波士顿公共电视台做了一次煎蛋卷，展示如何通过普通的家庭食谱掌握基本的法式烹饪方法。美国的家庭烹饪仅限于像汉堡、牛排、意大利面和肉丸这样的主食，在茱莉亚之前，在家制作红酒烩鸡这样的菜肴是难以想象的，但她用她的亲和力与幽默感使这成为可能。茱莉亚成为第一个被列入美国名人堂烹饪协会的女性，并被授予法国最高荣誉——荣誉军团勋章。

1979 年，糖山帮一次性完成了《说唱者的喜悦》的录制与发行。虽然不是第一首嘻哈单曲，但这张 12 英寸大小的唱片发行后，嘻哈这种艺术形式从俱乐部水准提升到了商业的高度。尽管它长达 15 分钟，还是在城市广播里播出了。随后，糖山帮为流行音乐电台录制了一个 7 分钟的版本，让白人听众走近这种原先只在黑人之间流行的音乐。哈利·艾伦在《乡村之声》和《Vibe》杂志说道：“嘻哈音乐给了人们一个宣泄的出口，让那些平时被剥夺话语权的人说出了自己的心声。”

2012 年，《说唱者的喜悦》与其他被认为有“文化感、历史感及审美价值”的作品一起，收录于美国国会图书馆国家录音检索。这首歌也曾无数次被评为最佳、最有影响力的单曲之一。

林·曼努尔·米兰达是一名剧作家、嘻哈音乐家、作曲家兼演员，他的代表作是百老汇音乐剧《身在高地》和轰动一时的《汉密尔顿》。（当你的音乐剧被当作梗出现在电视上时，你就成功了。就像《汉密尔顿》曾出现在《艾米·舒默的内心世界》里一样，米兰达还为后者客串演出过。）虽然《汉密尔顿》是一个关于美国开国元勋的故事，但它融入了多样化的演员阵容和诸如嘻哈之类的现代旋律，远远超出人们的期望值。它还同时回应了当今热议的话题，强调了外来移民在这个国家的胜利中所扮演的关键性角色。在 2016 年第 17 届托

尼奖评选中，《汉密尔顿》囊获了包括最佳音乐剧奖在内的 11 项大奖。更有甚者，2015 年，米兰达还在白宫玫瑰园里为奥巴马总统即兴表演了一段说唱。

## 反对文体，文体的末日！（只要你想）

混合多种文体是先锋型的拿手好戏。你会想，为什么要在一种文体与另一种之间划上一条严格的分隔线呢？如果我把他们混搭到一起创作一件作品会怎样？你拒绝被归类和被贴标签，热爱实验，这促使你创作出先锋作品。

看看以下这些例子吧：杜鲁门·卡波特在纪实中加入小说元素，鲍勃·迪伦和保罗·西蒙在摇滚中加入诗歌，帕蒂·史密斯在诗歌中加入摇滚，西尔维娅·普拉斯在小说中加入诗歌，吉恩·图默的《甘蔗》则无法用任何一种形式加以定义。这些作家都在有意识地打破体裁的界限，这并非巧合。

在自传《只是孩子》中，朋克女王史密斯写道："我想将摇滚中直击要害的力量灌注于书面语中。"我看过在 2015 年纽约客节上史密斯与《纽约客》的编辑大卫·瑞姆尼克的谈话，这是在瑞姆尼克用美妙的吉他声给史密斯伴奏，共同献上一曲美妙的《忧郁夜晚》之后。那天，她又说了一次自己成为一名诗人的原因："我只是想让诗歌稍微野性一点儿。"她从诗人转变为歌词作者的经历，也恰恰印证了这句话。

西尔维娅·普拉斯混合多种题材的先锋型特性也有明证。在她开始构思小说《钟形罩》时，她在自己的日记里记录下了那个灵光乍现的时刻，"用诗人的语言组织语言，就是这样！"她继续写道，"我一定是个文字艺术家。""文字艺术家"不仅是作家的一种新类别，更是普拉斯关于自己的艺术风格的自我发现。找到这种风格及其使命感促使她将她对诗歌的敏感带入散文撰写中，这种写法是独一无二的。

黑白混血的哈莱姆文艺复兴作家吉恩·图默不愿意受到传统的文体之别的束缚——他甚至反对传统的种族之别，有时他被看作是黑人，

有时则以白人的身份出没。

《甘蔗》是一系列关于原住民的小品文，其中还有一些黑人在美国南部的生活经历。在图默的自传中，他把这本小说描述为平民精神时代的一曲“挽歌”。他在这些小品文的结构中融入了叙事散文、诗歌和类似于戏剧的对话，于是，这部作品便很难分类。

创新推进器
尝试一下混搭风

与大多数创作者一样，先锋型也会觉得自己在舒适区域里停留太久。尝试一下混搭风，看看你能做出怎样的作品。结果也许会相当糟糕，但再试一次，也许就能做出一件很精彩的作品。如果你在创作摇滚乐，试试看加入嘻哈的节奏会有怎样的效果；如果你在创作水彩画，也许可以加入一些钢笔画；如果你在撰写小说，可以加入一些主人公的书信和日记。混搭起来——结果也许会令你惊喜。

这些作家不介意他人的嘲笑或批评，他们知道这些作品不会是舆论和公众的宠儿，但依旧奋勇前行，用独特的方式埋头创作。

## 进入自己的天才场

尽管先锋型向来独善其身，但也会时不时地加入同城某个视觉艺术家的“天才俱乐部”，这群人往往被视为当时文化的核心。音乐家及制作人布莱恩·伊诺为这种现象造了一个词“天才场”，并在 2009 年的鲁米纳斯节将这个词引入辞典。

当伊诺还是个艺术系学生时，他和我们大多数人一样，知道了在西方艺术史上有一些伟大的人物，他们神奇地横空出世，又凭一己之力发动了一场艺术革命。伊诺认为这并不合理，他认为历史上时不时会出现一些“非常有利于创作的磁场，它由很多人组成，诸如艺术家、收藏家、评论家、思想家和理论家。这些人知道什么是新潮的，走在潮流前沿，组成了某种集聚有识之士的生态圈。这个生态圈里出

现了许多杰出的作品”。也就是说，天才＋磁场＝天才场。

你是否也感到奇怪，为什么像列奥纳多·达·芬奇和米开朗琪罗这样的天才会恰巧同时出现在意大利的佛罗伦萨？更不必说在他们之外还出现了一批知名画家与雕塑家？在《天才地理学》一书中，埃里克·韦纳提出了构成天才场的两个要素，并以同时具备这两个条件的文艺复兴时期的佛罗伦萨作为典例：（1）对创新的包容；（2）对有才能的外来人士同等的包容。在美国公共电视网《新闻时刻》中，韦纳这样说道：“人们都不为自己的见识所限，他们分享创意。人们之间有足够的信任，可以放心分享创意，同时又有足够的竞争意识，可以碰撞出新的火花。”

他的话题同样指向了 18 世纪晚期的维也纳，贝多芬、莫扎特、海顿都在那时创作出了优秀的作品。但他们都不是土生土长的维也纳人，都是后来移民过去的。维也纳的创新精神吸引了他们以及其他艺术家的到来，他们移居到这座城市，并把它变成一个文化摇篮。

如今，作家的天才场在布鲁克林，音乐家的在费城，电影人的在奥斯汀。如果你是一个先锋型，天才场会为你注入能量，让你满怀激情地走入咖啡馆、书店、艺廊和地下室演艺厅，加入到无处不在的艺术话题中去。你适时地在某个特定的时刻出现在了某个特定的地方，周围的资源一定会对你有所裨益，你也会将自己的世界、精力与创意反哺给这个磁场。

## 寻找拥护者：赞助人、伴侣与欣赏你的评论家

先锋型，你并不需要别人的赞赏。你甚至不想要它！但是，朋友，面对外面无比的严寒，在得不到公众的喜爱时，一小群支持者的赞扬还是能够给你带来温暖的。

威廉·莎士比亚的幸运之处在于，他的赞助人是皇室，伊丽莎白女王和詹姆士一世的帮助使他的剧本顺利地搬上舞台；诗人埃德娜·圣·文森特·米莱有尤金·布瓦塞万这样一个丈夫，这位荷兰进口商兼女权主义者既富有又对妻子给予了充分支持。他为她提供了一个安稳的家

庭生活，又把她从家务中解放出来，以便她专心写作；在最初公众对导演阿瑟·佩恩 1967 年的电影《雌雄大盗》褒贬不一时，又有宝琳·姬尔挺身而出，在《纽约客》上写了长达 7,000 字的影评为之站台。

幸运如画家杰克逊·波洛克，则不仅有忠实的赞助者、全力支持他的伴侣，还有为他站台的评论家——三项俱全。

在第一章《明星型》里我们说过，波洛克是第一个在 20 世纪从诸如巴勃罗·毕加索、瓦西里·康定斯基等欧洲艺术家的阴影中崭露头角的美国画家。他之所以能取得这样的成绩，部分原因是他的一些成果吸引了古根海姆家族的佩吉·古根海姆的注意，得到了他的赞助。1943 年，佩吉委托他为自己在纽约的洋房绘制一幅壁画，并让他任意发挥。但波洛克像作家那样，努力找到属于自己的声音，建立自己的风格——一种新颖、大胆的美式风格。

《波洛克》（在这部电影里，艾德·哈里斯与波洛克惊人地相似）捕捉到了波洛克的沮丧与绝望以及他在自我突破时的狂喜。在一连数日的一无所获以及一连数日地盯着空白画布后，灵感突然降临，波洛克进入一种疯狂的状态，在巨大的画布上时而轻盈、时而钝重、时而又如尖刀刺入一般地作画。第二天早上，同辈画家兼后来的妻子李·克拉斯纳发现波洛克在卫生间睡着了，仿佛他已经耗尽了全身力气、动弹不得。她知道他已经完成了这件作品。她奔向走廊，看到这幅价值无可估量的画。

这幅画名字不太起眼，《壁画》，长 20 英尺，宽 8 英尺，充溢着能量。其篇幅及大胆的手法推动抽象表现主义走向新的高度，并树立了波洛克在艺术界的领军地位。

波洛克已经有了一名财力雄厚的赞助人和一名全心支持他的伴侣，那他有没有一个力挺他的评论家呢？答案是肯定的。克莱门特·格林伯格是《国家》与《评论》杂志的评论家，他在很长的时间里都是波洛克坚定的同盟。他声称，他第一眼看到《壁画》的时候就知道“波洛克是这个国家有史以来最伟大的画家”。

# 写给先锋型的警世恒言

先锋型，你正在艺术上开辟一条新的道路，并邀请他人与你同行。让我们一起来看看你将面临怎样的挑战，培养哪些特质能够帮你达成所愿。

自我培育课

寻找支持者

作为一个先锋型，你也许比其他创意型人格更需要身边人的支持与拥护，尤其是当前路布满荆棘时——很有可能，前路确实会无比艰险。拥护者不会从天而降，但在尝试从事艺术时，你也许可以说服父母给予你一些经济上的支持。至于拥护者，你从你的朋友或同事中发掘一番，应该不难找到那些能够理解你在做什么或经历过你所处阶段的人，他们会在你沮丧时给你打气。同时，别忘了“投桃报李”的手法，在社交网站及线上社区里多对他人“关注”“点赞”“转发”，他们很可能会以同样的热情回报你。

## 耐心是一项罕见的美德

你也许有了一个别人看来不可行的创作构思，你对这个创意有信心，但别人却没有——至少现在没有。先锋型，你不是那种会因他人的反应而动摇意志的人，但另一方面，如果能得到他人的欣赏，你就能迎来你预想中的文艺风暴，得到绝佳的机会和公众的包容。

但有时这种风暴可能需要你等待数月、数年甚至更久。先锋型会怎么做？你是否会不顾他人的劝诫孤注一掷，希望自己在多年以后被人称为“领先于时代”的艺术家？

又或者，你是否能像气象学家一样精准地预知风暴的到来，然后在正确的时机登上舞台？

创新推进器

找出你的恐惧

先锋型在不断的创新中茁壮成长，并希望别人承认他们在艺术上的远见。但领先于时代意味着你会是孤独的——这有可能会很可怕。克服各种恐惧，或者说至少坦然面对它们的第一步是识别它们。先锋型常见的恐惧有以下这些：

- 被误解
- 遭到拒绝或严厉的批评
- 终生作品都得不到认可
- 发现你眼中的全新概念不过是拾前人牙慧
- 不得不妥协

看看你是否有以上这些恐惧，再写下三个你所恐惧的事物。然后针对每个问题问问自己“能做些什么？”比如，如果你最害怕的是你会一再被拒绝，写写看你该如何接受自己的命运——或引导人们以你的角度看待问题——从而改变你的命运。针对其他问题重复这种练习，看看是否能减轻你的恐惧。

作家杜鲁门·卡波蒂就是这样一个例子，他在恰当的时机推出了一部跨时代的作品《冷血》，这本出版于 1966 年的小说在数十年之后仍然为人所津津乐道。它被称作第一部长篇纪实文学巨著，在这种体裁中，作者用上了优秀小说的所有元素——复杂的人物性格，发人深省的对话，生动的心理描写——来描绘现实生活。

如果你尚未读过《冷血》，我推荐你快去书店或者网上购买一本。它之所以吸引人，很大程度上是因为卡波蒂将他作为小说家的感性和敏锐洞察植入了一个多重谋杀事件中。

在当时，卡波蒂已经凭借《蒂凡尼的早餐》等作品在文坛小有名气，但他一直在筹划构思一种很可能会受到当局与公众反对的新写

法。我能想象他像卡通里的人物一样，摩拳擦掌，期待着那个能一举颠覆文学界与新闻业的机会。

然后正确的时机来了，更准确地说，是卡波蒂看到了机会并牢牢抓住了它。卡波蒂读到了一条简短又极易被忽略的新闻报道，某个午夜，在堪萨斯州的偏远地段，克拉特全家在家中惨遭杀害。他想挖掘并报道这个事件背后的故事，但不同于传统的新闻工作者，他花费了6 年的时间采访凶犯和熟识克拉特一家的村民，并以作家描绘小说人物的方式呈现。卡波蒂是一名博闻广识、拥有上帝视角的作家，能够洞察人们——尤其是佩里·爱德华·史密斯——的内心世界。

当《纽约时报》撰稿人乔治·普林顿问卡波蒂为什么要选择这个案件作为写作素材时，他把这一选择称为“文学混合体”。卡波蒂说道：“这一选择源自我的一个理论，这个理论可以追溯至我 20 年前刚开始写作时。新闻与报道可以融合为一种新的艺术形式——我想应该称它为‘纪实文学’。”

20 年？

卡波蒂继续说道：“在我第一次形成纪实文学这个想法时，我跟很多人谈过，但他们都不理解。他们认为我的想法更像是一个‘缺乏想象力’、江郎才尽的小说家想出来的点子。就我个人而言，我觉得这种观点说明他们才是‘缺乏想象力’的那个。”

讲得太好了，杜鲁门。

### 自我控制课
### 培养你的耐心

先锋型并不天生具有耐心，但如果你在一开始缺少人们的支持，那你就必须试着培养它。方式有以下几种：面对那些无法理解你的构思的“傻瓜”，允许自己的自鸣得意与优越感（但不要表现出来）；从你最爱的作家、歌手或电影人中找出那些需要过很长时间才能被观众所理解的人，在你感到灰心丧气、前途渺茫的时候，看看他们的经历；想象多年甚至数十年以后有一部纪录片会把你称为

一名“先锋”。这些技巧都能帮你缓解赢得万众瞩目之前的焦虑感。

## 你无法一直取悦所有评论家

如果你打算创新，一定要做好被评论家拦路的准备。在社交媒体上，你也许看不到专业的点评，但官方评论还是会掀起强大的影响力和能量。他们能够助你事业腾飞，但也能让一场戏在首映之后就被撤下，中断图书或唱片的售卖，甚至会让你开始怀疑自己的能力。不要让他们得逞！

海伦·凡德伦是一名德高望重的学者与文学评论家，她在《巴黎评论》上坦言，有时包括她在内的专家也会错过天才之作。她说：“我害怕自己没有认出某件杰作，对它草率下定论。很多评论家都做过这样的事：济慈的评论家劝他滚回去当药剂师，史蒂芬斯的评论家认为他是个绣花枕头，《荒原》的评论家认为这部作品纯属胡闹，还有我，认为我从未写过的庞德只是个世纪之交的小众诗人。”事实是，埃兹拉·庞德一点也不小众。

亲爱的先锋型，你还要记住，评论家并不永远是对的。同时牢记，公众也许比评论家所预料的更加能够接受你的作品。作家珍妮特·温特森在哥伦比亚广播电台的《作家之友》中曾这样表达了自己对读者的看法：“如果他们相信你，如果你以文字支撑他们前行，他们将陪你攀登到你意想不到的高度。我希望我的读者可以陪我一起攀登山峰，而不是在主题公园里散步。这是人类尚未涉足的危险之境，我希望先行一步抵达那里，然后再鼓励我的读者跟上我的脚步，一起开始这段旅程——这一次的旅程会是安全的。”

你的同行也会先评论家一步赶上你。在喜剧演员和作家史蒂夫·马丁身上就发生过这样的事。他在回忆录《天生喜剧狂》中描述了是怎样衍生出自己独特的喜剧风格的。

即使你在《星期六夜现场》或一票难求的脱口秀中看过马丁的表演，你也很可能说不出他的喜剧有什么不同寻常之处，但它就是不同寻常。《天生喜剧狂》为我们揭晓了这个秘密。

当看到曾有一段时期，脱口秀演员可以“借鉴”别人的段子，像音乐家改编其他人的歌曲一样将其用于自己的表演时，我震惊了。马丁在长滩州立学院求学期间，已在魔术表演和喜剧方面崭露头角，那时他就为自己树立了一个明确的目标——坚持原创。他说：“我会自行创作所有表演素材，哪怕我想到的台词或点子让我感到有那么一丁点儿熟悉、像是从谁那里借鉴来的一样，我都会舍弃它。如果观众认为他们不会看到全新的表演，那这一行就毫无意义。”

他很讨厌那些一眼就能看穿结尾的小笑话（比如，“你是怎么来到卡内基名人堂的呢？”“练习！”① ）。鼓掌。这就好像预先告诉了观众笑点在哪里，应该怎样回应。马丁扪心自问，“‘如果没有那句抖机灵的话会怎样呢？如果没有提示的部分呢？’观众最终会在他们忍不住的时候发出笑声，这种笑声对我来说是更有力的，因为他们是在自主选择笑点，而不是有人告诉他们什么时候该大笑。”

和所有先锋型的遭遇一样，评论家在很久之后才开始理解他。事实上，曾有个评论家称他为“所谓的喜剧演员”，嘲笑他的表演里没有让人爆笑的点，还有一些评论家说他从头到尾都在扮丑角。但朋友们以及合作伙伴里克·莫拉尼斯懂得他的想法，里克把马丁的表演称为“反喜剧”。最终，马丁成为第一个在麦迪逊广场花园举办个人演出的喜剧演员。大获全胜！

先锋型中，有些像马丁一样，要用很多年的时间才能得到认可，有些却很早就得到了评论家的夸赞。但要小心，评论家可能会惹火你。在诗人 E. E.肯明斯身上就发生过这样的事。

年少时，我认为肯明斯很酷，因为他从来不用大写字母。但他的奇特形式不仅体现在这个层面。他那被称为“玩弄文字游戏”的写作方式包括对形式、标点、拼写、注解和语法进行的实验性探索，呈现出一种专属于他的风格。

这些技巧并不只是噱头。肯明斯学者诺曼·弗里德曼在《E. E.肯明斯：一位作家的成长》中写道，这位先锋型诗人的创新是想要将让语言文字脱离习惯用法而单独存在，进而让整个世界脱离习以为常的形式。又或者，按照弗里德曼的说法，“通过改变文字来改变世界”。

肯明斯的很多诗歌主题都强调坚持原创、保持独立与自我坚守的重要性，这并不令人奇怪。他批判在传统思维下苟延残喘的人，所以，当评论家诟病他一直在使用他的标志性风格进行创作，并将他排除在 20 世纪 20 年代到 50 年代的艺术家范围之外时，他一定非常恼火。评论家乔治·斯塔德甚至将肯明斯当作“伤仲永”的典型，写道：“他在 20 岁时才华四溢，但终其一生，他也只是一直保持这种青涩早熟的风格。”有趣的是，这位评论家补充说道，“这也正是他的吸引力之一”。

看起来，无论你怎么做都是错的。逻辑变成了：努力创新，然后在成功后抛弃你所创造的东西，另觅新径。别让这种扭曲的逻辑误导你。要我说，去努力追求原创、独立和自我，如果你兼具天赋与运气，能够创立一种你自己满意又能在艺术上开疆辟土的“标志性风格”，你就有资格被称为先锋型了。

### 创新推进器
### 处理好与批评的关系

任何声称批评无法伤害到他们的人都是大骗子。艺术家和作家在自己的作品中倾注了大量的心血（和自我），因为校阅、社交网站或研讨会上一句尖锐的批评，作品就被彻底否决，这无疑会令他们大受打击。相信我，我知道这种感觉。很多年前，在某次我的作品的研讨会上，我最喜欢的一位教授在课间对我说，“写出这种东西，你是怎么想的？”我感到非常难受。

因此，你可以接受这种痛苦，且一连好几天沉浸于痛苦中。但不要因为别人的反应而破坏你的自信心，更不要让这些批评阻碍你创作你喜爱的东西。你要开疆辟土，你肩负重担！

### 名人聚焦：那些没有被严苛的批评打倒的创作者

批评已经足够可怕，但没有什么比直截了当的拒稿更能考验先锋型的了。他们创作的先锋作品是如此大胆、另类和挑战权威，几乎是在大声呼喊着“拒绝我吧！”

然而，对于有野心的先锋型而言，拒稿也可能是一种惊人的动力。你知道吗，嘻哈艺术家、企业家兼有着与碧昂斯相呼应的“嘻哈女王”之称的“嘻哈之王”Jay-Z，一开始是被唱片行业的所有厂牌拒之门外的。但他没有放弃，找到了洛克菲拉这家唱片厂牌，制作出自己的专辑；当意大利毛纺织品设计品牌冰山服饰明明靠他的歌提升了销量，却依旧拒绝与他签署一份合理的协议时，他创立了一个竞争品牌洛卡薇尔，并在十年后卖出 2 亿美元的高价。没有什么比拒绝那些曾经拒绝过你的人、排除万难后取得成功更令人愉悦的了。

在信件或邮件里被拒稿是尤其令人痛苦的，因为批评你的文字白纸黑字地写在那里，让你无处躲避。然而，这些可怕的拒稿信也是很多先锋型的人生转折点。无论你的手稿或唱片小样收到了一两封还是九十九封拒稿信，都不要太沮丧。为了让你感觉好一些，我列出了大文豪和艺术大师在成名前收到过的一些拒稿信。抑郁的时候读一读，能让你心情好一点。

你也许听说过一本叫作《白鲸》的小说，作者是赫尔曼·梅尔维尔，出版于 1851 年。他曾从出版商彼得·J·本特利那里收到过一封令人捧腹的拒稿信：“首先，我们必须要问一下，非得是一只鲸吗？小说的架构还是很好的，虽然有些晦涩难懂。我们建议你为敌人设计一种更受年轻人欢迎的形象，比如，是不是能让船长与年轻又邪恶的少女做斗争呢？”

作家格特鲁德·斯泰因于 1912 年从出版商亚瑟·费菲尔德处收到一份拒稿信，来信模仿了她那种不同寻常而经常重复的文字。信中写道：“亲爱的女士，我只是一个只是一个只是一个。只是一个人，只有一点时间。不是两点，不是三点，只有一点。只有一次生命，每小时里只有六十分钟。只有一双眼睛。只有一个大脑。只是一个人。只是一个人，只有一双眼睛，只有一点时间，只有一次生命，我无法把你的文字重复读个三四次。一次也不行。只要一眼，一眼就够了。你的书在我这儿一本也卖不出去。一本也卖不出。一本也卖不出。你真挚的，A. C.费菲尔德。”

猜猜谁写信拒绝了乔治·奥威尔的《动物庄园》？同行作家 T. S.

艾略特！这本书还是奥威尔心目中那部能够将艺术与政治诉求完美结合的作品（详见第五章“激进型”）。当时在费伯出版公司做编辑的艾略特明显不认可奥威尔的作品，他认为奥威尔没有充分表达他的反法西斯精神，他写道：“你的猪比其他动物聪明多了，它们最适合管理庄园——事实上，如果没有它们，《动物庄园》也不可能存在。”

在《巨蟒剧团之飞翔的马戏团》大获成功后，英国喜剧作家约翰·克里斯参与撰写了另一部电视剧本《非常大酒店》，在被该电视台的喜剧剧本编辑拒稿之后，这部剧最终在英国广播电视台播出。拒稿信的内容如下：“不好意思，我觉得这部剧本与它的标题一样可怕……这一系列老套又寻常的角色一定是场灾难。”结果，《非常大酒店》成为英国广播电视台最受欢迎的情景喜剧之一。

超人气作家史蒂芬·金的处女作《魔女嘉莉》收到了这样的回信：“我们对描写消极乌托邦的科幻小说不感兴趣。它们的销量不佳。”这本书被拒稿了许多次，金把这些信件都钉在了卧室里。1974年，《魔女嘉莉》终获出版，首印 3 万册。一年后平装本发售，在12 个月内卖出了 100 万本。

吉姆·李是一名艺术家、作家，也是 DC 漫画公司的合作出版商。但他刚出道时，曾被漫威编辑艾略特·R·布朗退稿过，后者写道，“你的作品看上去像四个不同的人一起画的。第 7 页里发动机的面板和面部的细节最好，其他页的线条要弱一些，墨迹也是一样。等你懂得怎样保持画风前后一致以及怎样画手部的时候，再重新提交作品吧。”

在《哈利·波特》系列大获成功之后，J. K.罗琳决定以罗勃·盖布瑞斯为笔名进行投稿，写一部战后侦探小说《杜鹃在呼唤》。她先后遭到英国出版商“犯罪精英”“警员和罗宾逊”的退稿，后一家的管理层还断言这本书一定销量惨淡。为了帮助作家，他们还给了一些关于未来发展的建议，比如建议“盖布瑞斯”向杂志寻求写作指导、参加作家研讨会或上培训课等等，在投稿时不要揭露故事的结局等等。这本书后来登上了亚马逊的畅销书排行榜，得到了评论界的认可，还即将改编成电视剧。你猜那家出版社的管理层能不能保住他们的饭碗呢？

自我控制课
学会对拒绝说“不”

先锋们，有些话本无需明说，但我还是要啰嗦一句：你不能因为拒绝就止步不前或改弦更张。如果你收到的批评是带有建设性的，看看它是否与你的情况相符，如果你觉得合适，就做一些变动。但别忘了，你正在做的事本来就会让人们感到不适，会威胁到他们趋吉避凶的天性。所以，如果你收到了一封退稿信或邮件，你可以这样做：烧掉它、裱起它、删除它、戳烂它、撕掉它，或把它收起来以待有朝一日可以把它寄给退稿者，附上一张纸条：“我早就说过啦。”然后，最重要的是，把你的作品寄给其他出版商，继续面试其他角色，联系其他唱片厂牌——千万别放弃！

随身锦囊

如果你是一名先锋型，或带有一些先锋型的特征，你必定要在艺术上破除藩篱、开扩边界。在等待他人接受并赞扬为你的想法和创新精神的过程中，怎样最大限度地利用好你的反叛精神并保持劲头呢？

- 忠于你的梦想，不要为了别人的认可、金钱或其他的好处而妥协；
- 确定自己的反叛是正当的，之所以打破传统，不仅是因为有趣或为了满足虚荣；
- 与传统分道扬镳，但要意识到前辈们的艺术作品在你创新的过程中起到了催化作用；
- 可以因坚守自我而骄傲，但也要敞开胸怀拥抱新的形势或运动；
- 做好心理准备，在你的想法为人所接受之前，你可能要等上数年甚至数十年的时间；
- 预计到并处理好拒稿与批评——你也许是被批评的一方，但有

朝一日你会超越他们。

① 这是一个经典的双关笑话，英文原文为“How do you get to Carnegie Hall?”“Practice!”问者的原意是问路，答者却从成为名人堂一员的角度回答。

# 第四章
# 感知型：表达自我，帮助他人
# *The Sensitive Soul*

> 有时我会感到好奇，那些从不写作、作曲或绘画的人是怎样成功逃避根植于人性中的疯狂、抑郁与惊恐的。
>
> ——格雷厄姆·格林《逃避之路》

“我感到痛苦”这句话对你而言不是一句无关痛痒的空话，更多的是你的座右铭。

其他人也许会因雨天和周一而情绪低落，但你不会。又或者，它们确实会让你心情低落，但它们也会让你灵感迸发。

也许当你还是个孩子的时候，你可以讲一个笑话让你忧郁的母亲展露笑颜；也许在青春期的时候，你发现写博客可以让你没那么孤单；又或者，在浴室里声嘶力竭地唱歌可以舒缓你紧张的神经，正如热水能够舒缓你的肌肉一样。

那你也许是个感知型。

## 感知型为什么创作？

如果你是一个感知型或带有感知型的某些特征，你会对事物有深刻的感受力。你会寻找宣泄的出口，而非将其深藏于心。这对你来说并非一个可选项，而是真切的需求。以下是一些最有可能促使你创作的原因：

因为在你小时候，有个邻家小孩叫你爱哭鬼或你的哥哥打了你两下，你会跑进自己的房间，甩上门，扑到床上嚎啕大哭。（这证明了邻家小孩讲得没错）但你不会哭很久，在写一首控诉暴行的诗或用蜡笔画一幅你哥哥的滑稽画后，你感觉好了很多，你还给他画上了夸张的大耳朵和小眼睛。

因为你无法理解人们怎么能总说“无所谓”，他们怎么能这么淡定呢？任何事都能让你心生感动，说句实话，多数情况下你还是挺享受这样的。此外，你并不是感受不到快乐——当你听到你的孩子在咯咯发笑时，当你的男友告诉你他爱上了你时，当你捕捉到夕阳沉入大海前的最后一缕光辉时，你都会感到满心欢喜，迫不及待想要把这种感觉记录下来。因为你有一个糟糕的童年，你知道唯一能够把你从它带来的漫长影响中拯救出来的方式是为它拍一部微电影。因为为你爱的人唱一首歌、写一首情诗，把他们从悲伤中拯救出来能为你带来莫大的满足感。

## 感知型初印象

感知型多愁善感，这种敏感也会辐射他人。你不止是聆听朋友的倾诉，你还会对之产生共情，各种各样的情感最终汇入你的作品中。

那种扣人心弦又让观众心碎的剧本，会让读者在结尾时掩卷恸哭又依依不舍的小说，能让听众回忆起童年和初恋、沉醉于美梦中不愿醒来的小提琴协奏曲……谁最有可能创作出它们？当然是感知型。

许多知名的感知型艺术家并非仅有一颗敏感的心。“备受折磨”“痛苦”这些词常用在他们身上——确实如此，未经治疗或治不好的抑郁症、躁郁症让很多知名艺术家都深受困扰，但与之相应的，这种情绪失控也许也对这些艺术家的创作颇有裨益。

当感知型利用艺术缓释他们自己的痛苦时，他们也在帮助他人逃离痛苦的深渊；当感知型利用艺术填补他们过去的遗憾时，他们也在

帮助他人拼凑起记忆的碎片。一部回忆录、一张自画像、一部自我袒露的自传小说，成千上万的人都能在感知型折射自我的艺术作品中看到自己的影子。

改变艺术世界或通过艺术改变政治局势？作为一个感知型，你也许不会担负起这样的责任。你太忙了，忙于应对你自己的人生，忙于找到活着的意义以及用艺术帮助他人应对同样的问题。

## 感知型的分类

你也许是想弄清你经历的一切的意义并寻求宣泄的感知型；又或者，你是想帮助他人从痛苦中逃离出去的感知型。这就是感知型与感知型之间的不同。

看看右方这些类别，接着阅读下文，了解一下这些最常见的类别。

艺术型人格测试
如何判断自己是否属于感知型？

1. 你是否需要以创作为出口，宣泄内心所有的情感？
2. 你是否已经记不清自己被人说过多少次“神经过敏”了？
3. 你是否宁愿过着极端高贵或卑贱的生活，也不愿过着“平凡”的生活？
4. 你是否发现自己在忧郁或有些烦躁的状态下会文思如泉涌？
5. 你是否在很小的时候就意识到你可以通过“表演”或给别人一张你画的画来安慰他们（比如你情绪低落的父亲或母亲）？
6. 当你情绪低落的时候，用艺术进行自我表达是否会让你心情好

一点，甚至会让你得到救赎？

7. 你是否曾以自己的生活为蓝本进行创作，为了让自己更好地理解这一切，同时也可能会让他人感觉没那么孤独？
8. 你是否有时会选择那些能让你与他人合作，或在某种程度上与他们建立联系的题材？
9. 你是否决心记录下生活中每一个珍贵的时刻，以便永远珍藏它们？

如果你对于以上多数问题的回答都是“是”，那你就属于感知型。如果你对于其中某些问题的回答是“是”，那你身上带有一些强烈的感知型特征。无论你属于以上哪种情况，都请继续往下看吧。

创新推进器
认识你们的多样性

你属于哪一类？

- 情感主体型（表达自己的感情）
- 强烈表达型（表达极为强烈的感情）
- 殉道受苦型（将创作与受苦互相关联）
- 空乘服务型（希望他们的艺术能够助人助己）
- 苦难幸存型（认为是艺术拯救了他们）
- 创造意义型（搞清失落与悲剧的意思）
- 情感连接型（借助艺术感受自己与他人的联系）
- 时刻记录型（试图记录下生命中的每一刻）

## 情感主体型

作为一名感知型，你的内心感情丰富——爱、伤感、焦虑、欢愉——这些感情快要从你的心里溢出，你必须把他们倾泻出来。

有时你也会憎恶你这种敏感的性格。为什么别人都能去忙自己的事，你却不能自制地一直想着你那个爱说谎的前女/男友？为什么全世界有成千上万无家可归的儿童，你却不能下决心制造一个生命？又或者你对你女儿新发型的评价是不是伤害到了她？

另外一些时候你则心怀感激，因为自己还能在浪漫喜剧的片末为感人的结局而落泪，能为璀璨的流星而目眩神迷，能与自己的孩子进行令你心痛的深度交谈。

幸运的是，对于这些可能让你筋疲力尽的情感，你有一个绝妙的宣泄方式。你不必一直将它们藏在心里，你可以把你的悲伤、焦虑和欢愉倾注到一首歌、一幅画或一篇博客中。

创作是你的宣泄方式，创作是你的良药。

你的情绪化是你创作的源泉，不要扼杀它。作家兼日记作者阿娜伊丝·宁深信这句话。当她 17 岁的侄子告诉她，他想成为一名作家时，她给他写了一封信，劝诫他听从本心，不要回避那些在别人看来太过充沛的情感。她写道：“千万不要害怕、抑制你的情感，不要对它斤斤计较、有丝毫吝惜。放任你的情绪流淌、泛滥，任由它升温、膨胀、发酵。只有量足够了，才有质变。伟大的艺术是在巨大的恐惧、孤独、压抑、错乱中诞生的，也总能帮你回归平衡。”

事实上，对于一些人来说，是流淌还是泛滥根本无法选择。研究显示，这也许是某种自然反应，根源是一种基本生理需求——沟通。

当麻省综合医院的神经专家艾丽斯·弗莱厄蒂生下一对死胎时，她发现，内心的悲伤使她不停书写、书写、书写。她在自己的手臂上写满文字，在能够拿到的每张纸上写满字。这种情况甚至还有一个专有名词：多写症。后来，弗莱厄蒂回想自己对于打击与悲伤的反常表现，很好奇为什么自己会作出那样的反应。她将这种“自我表达的需求理论”写入《午夜的疾病》一书中，主张写作虽然不像吃饭、呼吸、睡觉一样属于人们的首要需求而属于次要需求，但它也是源自同

样让人们因悲伤或痛苦而恸哭的生理冲动。

乔治·奥威尔将这种以创作的方式来表达自我的冲动称为“一个无法抗拒和理解的魔鬼”，并写道，“尽管每个人都知道这个恶魔完全无异于婴儿为引起注意而啼哭的本能。”

也许奥威尔是对的，我们的这种冲动确实是“恶魔”，因为它完全由不得我们自己掌控。但在说到创造力的时候，失控与否并没有那么重要，不是吗？自我表达才是最重要的。

## 强烈表达型

你也许会认为阴郁与厄运是催动创作的双生子，但愉悦、快乐呢？对生命、爱情与自然的热爱呢？你难道不能像讴歌悲伤一样，以快乐为题材创作一些东西吗？就不能用你旺盛的生命力为云中的秋月画一幅画、摄制一组对口型的影像或写一首能让人劲爆起舞的曲子？

我们都知道歌曲必须在轻松的状态下谱写。在我收藏的音乐里，我列了一个名叫“舞曲”的歌单。我最喜欢的歌有哪些呢？卡洛尔·金的《怦然心动》、凯特·史蒂文斯的《情不自禁》、风与火乐团的《九月》、流浪者乐团的《你好》以及披头士早期的许多歌，从《她爱你》到《我看到她站在那里》等等。你应该知道我说的是哪种歌——传播欢乐的那一种。

我现在正在画像莫奈的《罂粟田》这样的作品，这幅画里花的纯净色调和阳光的绚丽每每让我发出满足的喟叹。我还记得父母带我和妹妹一起去林肯中心看鲁道夫·努里耶夫表演，他在舞台上一跃而起，我从未想过有人能像他跳得那样高。这些杰作难道不是艺术家发自内心的快乐和希望的体现吗？

然而，快乐在创作中却被冠上了罪名。有些人总把“有深意”的艺术与悲伤联系起来，将“浅薄”的艺术与快乐联系起来。在《艺术疗法》中，阿兰·德波顿和约翰·阿姆斯特朗写道，人们倾向于认为美丽的画作都是为赋新词强说愁，它们站在复杂的对立面。这些画作被认为是呈现了某种理想化了的生活状态，是对现实的一种矫饰，否认了

真实的世界。（这样又有什么不对呢？）

创造力能从悲伤和欢乐中酝酿出来。弗莱厄蒂从神经学的角度指出，催生愉悦和痛苦的机制并非互斥而是共生的。简单来说，快乐和痛苦就是一块硬币的两面。

在《今日秀》的一次访谈中，歌手阿黛尔被问到在为记述了她的分手与解脱的专辑《21》写歌时感觉如何，她如是说："我不认为悲伤是毁灭性的，它也可以是令人振奋和愉悦的。有时为了能够放下过去，你必须要任由自己沉浸在悲伤中。"当你在听《像你一样的人》时，我相信你能够听出阿黛尔的痛苦，但你难道没有听出其中还有反抗精神，甚至蕴含着些许希望？

弗莱厄蒂说，快乐和悲伤都是平和——创作真正的敌人——的反面。她的观点有理有据。研究显示，当有某种感情激发你创作时，是哪种感情并不重要，重要的是这种感情的强度 。

我在创意写作班的学生身上见证过这种强度作用理论。每当他们当中有人为创造性工作苦苦挣扎时——比如声音、结构与场景——做出来的东西往往很值得期待。但如果一个胸怀抱负的作者说他/她不知道要写什么，我就会为他/她担心。这也许意味着他们没有全情投入到生活的烦扰中去，这种投入是所有题材的源泉，是打开创意之门的各种强烈情感的源泉——至少对感知型来说是这样的。

创新推进器
从情感中取材

如果你是那种身在痛苦中（比如一次分手、祖母的过世、收到退稿信等等）才有灵感进行创作的人，试试看硬币的另一面。尝试观赏或体验严冬后的第一朵番红花、一次新的爱恋、一篇正面的评论这些是否会给你带来一些灵感。在番红花前端坐，记录下你心中的想法；或者尝试一种新的颜色，用来代表你的新恋情。看看当你用快乐而不是痛苦作为你的缪斯女神时，感觉会有什么不同。反之，如果你是一个经常从快乐中取材、不知道自己在悲伤或愤怒的状态下会创作出什么来的人，你也要试试看。现在你也许会觉得非

常困难，但同时你也会感觉到释然。

因此，如果你发现自己缺乏创作素材，你也许应该听从作家威廉·萨罗扬在《斗胆的空中飞人》里对作家们（可以延伸到所有艺术家身上）的建议："当你笑时，你要纵声狂笑；当你发怒时，要肆意发怒。要真正地活着。"另外，我要补充的是，你要利用这些情感去发掘创作题材。

## 殉道受苦型

"痛苦的艺术家"是最固执的一类。这类孤独着、疯狂着、被折磨着，又总能把痛苦转变为杰作的天才，总带着些异常的浪漫色彩。但事实是，情感和精神上的折磨已经致使我们敬爱的许多艺术家在年轻时就结束了自己的生命，死因多为自杀、酗酒或吸毒：弗吉尼亚·伍尔夫、西尔维娅·普拉斯、朱迪·加兰、马克·罗斯科、黛安·阿勃丝、吉米·亨德里克斯、贾尼斯·乔普林、科特·柯本、大卫·福斯特·华莱士、艾米·怀恩豪斯……这是一串很长的名单。

我们对自己说，这些艺术家是因为太过纯粹、敏感以至于无法生存在这个世界上，但这并非全部的事实。几个世纪以来，艺术家都会为了艺术而刻意追求痛苦。比如诗人约翰·贝里曼就曾在《巴黎评论》的一次访谈中说过："那些能够从极端痛苦的经历中幸存又能在作品中描述这种经验的艺术家是极其幸运的。"

一些著名创作大师将自己全身心地投入艺术中——通常以牺牲他们的身心健康、恋情或者金钱为代价。在"快乐的生活"和"杰出的作品"两个选项之间，他们选择了后者。他们相信需要让自己的生活充满戏剧性甚至是悲剧，还需要保持宏大的视野以达到他们所希冀的艺术高度。

爱德华·蒙克，那位以名画《呐喊》而闻名的画家，就是这种理论的信徒。他这幅代表作背后的故事颇有意思。有一天他在奥斯陆峡湾——挪威东南面的一处水湾看到了一种异象。用他的话来说："太阳

开始下落，天空突然充满血色。我站在那里，紧张得浑身发抖，仿佛感觉到了大自然爆发出的宏伟、无穷的呐喊。”蒙克相信，焦虑感对他的艺术创作很重要，他在日记中写道：“对生命的敬畏心于我而言是极有必要的，我的病态也是。它们与我密不可分，它们一旦毁灭，我的艺术也完了。”

戏剧性也许是贝里曼和蒙克的驱动力，但小心，不要对他们的这种说法全盘买单。毕竟，如果你将痛苦纳入你的生活，它们将蜂拥而入。作家玛丽·卡尔在她的系列回忆录中展示了她与抑郁、酗酒的抗争史，她的第一部回忆录《骗子俱乐部》印证了前面的理论，她曾在沙龙里说过这样一段话：“我觉得认为蒙受苦难是艺术家的美德这一观点早已过时，它由象征主义开始，衍生到兰波以及那些生活混乱又被供上神坛的艺术家身上。当我陷入苦难中时，我却发现自己并没有达到预期的超神境界。”

## 空乘服务型

前卫剧作家安托南·阿尔托曾说过：“艺术首先治愈艺术家本人，而后才会治愈其他人。”我把这种说法看成是一种空乘式的创作理念。你知道吗？空乘指南总是提示你，在遇到危险时，要先为自己戴上氧气罩，再为你的孩子戴上。这是因为你必须先保障自己的安全再去帮助他人。创作也是一样。

用你的艺术作品帮助他人的愿望并非是毫无私心的，其中甚至还有一些明星型的企图心：希望自己的作品足够引人入胜，能够让人们在表演过程中纵声大笑、强忍泪水或跪拜于自己的脚下。但感知型会同时希望观众在离开剧场或读到书的最后一页时能感到不再那么孤单、感到有人能够理解自己，甚至受到启发并开启创作之路。

作家列夫·托尔斯泰则更进一步，描述了艺术家如何才能不仅使人深受感动（affect），更能以情绪感染（infect）观众。虽然当他说起艺术的感染力时，他的心态听起来非常不健康。他在《艺术是什么》中将艺术神圣化，“艺术感触的接收者与艺术家融为一体，他会觉得这部作品是他自己创作的，而不是出自他人之手——它好像表达出了

他一直想表达的东西。”

在 2016 年学院奖的颁奖典礼之夜，嘎嘎小姐登台献上了一曲《直到你身临其境》。如果有很多人在此时体会到了上述的共鸣感，我丝毫不会感到惊讶。这是她与戴安·沃伦为一部关于性侵的纪录片《猎场》共同创作的一首歌。嘎嘎曾在 19 岁时遭到强奸，这首歌对她而言显然有特别的意义。她抛弃那些令她声名鹊起的奇装异服，穿上全白的衣服，与舞台上全白的钢琴一起，令人目眩神迷。在那里，一场未经加工的、痛苦的却又令人振奋的表演给观众留下了深刻的印象，特别是当嘎嘎小姐和 50 名性侵者一起登台演出时，他们和她一起唱着歌，并举着各种标识来声明他们的可怕经历。这场令人肃然起敬的表演释放了性侵受害者的那些可能被隐藏了很多年的情感。

长久以来，你是否也有一些情感想通过歌曲、舞蹈、诗歌或其他途径抒发？抓住机会，创作一些东西来帮助你治愈自我吧，在这个过程中你也有可能帮助治愈其他人。

## 感知型的优势

### 用艺术来拯救自我

几个世纪以来，艺术家都在赞扬创作的治愈力量，说它阻止了他们堕入深渊，让他们的生命焕发生机，甚至直接拯救了他们的生命。

作家舍伍德·安德森对他的儿子——一个有抱负的艺术家说：“艺术的目的不是画几幅畅销的画，而是自我拯救。”罗伯特·洛威尔在一首诗里发问，究竟是说治愈是一门艺术，还是说艺术是一种治愈的手段。诗人安妮·塞克斯顿说：“诗歌牵着我的手，把我从疯狂中拯救出来。”作家珍妮特·温特森则写道：“艺术拯救了我，它将我从抑郁和自我厌恶中拯救出来，重新回到纯净之中。”作家托马斯·威廉姆斯的说法更为直白：“写作使我避免过早地结束自己的生命。”

痛苦是不可避免的，所以，感知型，你的核心问题是：你能够将自己的痛苦转化为艺术吗？在此过程中，你能够改变——甚至拯救——你自己吗？以下是一些能够对这两个问题作出肯定回答的艺术家的例子。

在阿兰·德波顿真正意义上的自救之书《拥抱逝水年华》中，他阐释了我们应该从《追忆逝水年华》的作者以及知名强迫症患者马塞尔·普鲁斯特身上学习怎样“成功地受苦”。普鲁斯特是一个性格突出的人：病弱的、神经质的、依恋母亲的（也许会有人说过度依恋）和深柜。但德波顿提醒我们，痛苦本身并不会创作出艺术。大多数人一生中都在与苦难斗争，但不是每一个受苦受难的人都能把他们的痛苦经历变成一曲咏叹调或一节诗。普鲁斯特不是这样，他深入自己的痛苦，写出了七卷《追忆逝水年华》。从痛苦中创造艺术，赋予它意义，并使苦难者的生活更有意义。

日本先锋艺术家草间弥生证明了艺术的这种拯救生命的功能。当草间弥生年轻时居住在东京时，她给自己的偶像乔治亚·欧姬芙写过一封信。草间弥生移居纽约后，有一天这位著名的画家来探望自己的崇拜者近况。欧姬芙将草间弥生介绍给一位艺术商，后者后来买了她的一幅画，她的事业也就此起飞。

但，草间弥生的故事还有下文。她在《电讯报》的访谈中说道：“我患有幻想症，艺术创作能够帮助我减轻症状。画画拯救了我的生命：每当我想要自杀时，我的医生就鼓励我画更多的画。我每天都在对抗痛苦、焦虑和恐惧，艺术是我唯一能找到的减轻病症的方式。”

在回忆录《城市生活》中，作家安德烈·杜伯斯三世叙述了在他的父母离婚、名作家父亲抛弃他们以后，他在马萨诸塞州的黑弗里尔度过的贫困的童年和青春期。在杜伯斯发现写作之前，他整天在街头斗殴。在《作家文摘》的访谈中，他描述了自己的经历：“我在一个半神圣的、挽救生命的关头发现了这种能让我感到自在的东西，它不具有毁灭性。我不想说自己有多厉害、发现了创作——更像是创作一直在我身体里。”

作家奥古斯丁·巴勒斯不同寻常的家庭教育成了他的回忆录的基础，后来还改编成电影《拿着剪刀奔跑》。他大半生都是一个酒鬼，直到他发现了一样比喝酒还要有吸引力的活动——写作。在他系列回忆录的第三本《欲望与好奇》中，他描述了在写处女作小说《疯狂的购物频道》时全身心投入创作的状态。他在文思如泉涌的状态（在第二章“工匠型”中，我们称之为“心流”状态）下写作，他是这样形容的：“写作把我带到了更远的远方，比酒精要远得多。”接着他以特有的冷幽默写道：“写作应该被当作一种违法行为，对之判处监禁或更重的刑罚。它带来的快感比酗酒大多了。”

身为一个感知型，你深知创作对你的精神健康带来了怎样的影响。你会惊喜地发现从设计园艺到在音乐软件上试验不同的鼓声都能让你感到心情更好些。

每个人都有要表达的东西，每个人在每个年龄段都能从表达中有所获益。当人们发现我教授个人写作培训课程时，他们有时候会质疑一个孩子能有什么生活经验值得书写的。我回答说：你会为之震惊的。家庭里的多重谋杀、乱伦、饮食紊乱、自伤与自残、一位患有早发型阿兹海默病的父亲或母亲、父母或祖父母的离世，以及其他。他们十几岁或二十几岁的生命里有很多里程碑式的事件。我希望并且相信，写出他们的困难并展示给他人，能够让学生们的心情有所缓释并且减少他们的孤独感。

事实上，也有研究证明了创作具有治愈的作用。创作艺术作品对你、你的大脑、身体和灵魂都有好处。2010 年，《美国公共卫生杂志》刊登了一篇报告，显示 100 多项关于艺术对人们的健康和自我治愈能力的研究结果。这些研究从音乐到写作到跳舞到视觉艺术无所不包，每一个研究都以超过 30 个与慢性疾病与癌症病人为样本。

当病人创作视觉艺术（绘画、素描、摄影、制陶和纺织）时，他们在很多方面都得益。创作能够使他们分心，注意力不再集中于疾病；减少他们的负面情绪，增加正面情绪；甚至还能增进药效。它尤其能够减少沮丧、压力和焦虑，增强自觉性，表达悲伤和提升自我认同感和社交能力。在 2004 年刊登在《身心医学》杂志的一项针对

HIV 患者的研究中，研究人员发现写作有可能在细胞层面上影响病人的健康，增强他们的免疫系统。换句话说，艺术创作带来的好处不仅限于你的大脑。

创作艺术作品还能延年益寿。2001 年，国家艺术基金会与乔治华盛顿大学联合主导了一次实验，结果显示参与社区艺术项目的老年人会比不参加的人更加快乐和健康（身体和精神上皆是），并且平均寿命也更长。

因此，感知型，如果你曾说过从事艺术或音乐拯救了你的生命，并没有言过其实。

自我培育课
回想一下那些能够改善你情绪的时刻

回想一下是否有过某个时刻，创作在你急需情绪缓释的时候帮助了你。试着回忆一下，诸如用感恩节的残羹剩饭制作出一顿美味、在课堂上涂鸦或边洗澡边唱歌这种时刻。不是所有的创作活动都一定要是一个伟大的目标。试试在一周里时不时尝试一下令你振奋的小活动，把它当作一种冥想或锻炼。

## 从失落中找到意义

套用一下简·奥斯汀的话说就是，普遍认为失去爱人是一件极其痛苦的事。这种痛苦无可比拟，无怪乎因死亡或背叛而导致的失去成为戏剧、电影、歌曲和自艺术开端以来所有体裁共同的主题。身为一个感知型，你也许想要表达原始、粗放的情感，正如科特·柯本在涅槃乐队在音乐电视网的不插电演奏中的《昨夜梦归何处》一样。这首歌可以被追溯到 19 世纪 70 年代，但没有哪个版本能像涅槃版一样，柯本用苍凉又原始的咆哮抒发了他的痛苦。

生命中最近发生的一次痛苦事件可以催生一个发自肺腑的强力作品。隔一段时间、一段距离来看，你也许会想要一个能够投射（reflect）——而非只是反应（react）——一段沉痛经历的作品。马

塞尔·普鲁斯特坚信："悲伤，在它们转变为灵感时，就失去一些能够伤害我们心灵的力量。"以下这些作家也意识到了普鲁斯特的观点。

诗人兼纪实作家梅根·奥洛克写过一本名为《漫长的告别》的回忆录以祭奠她因结肠癌早逝的母亲。奥洛克在《纽约时报》的一次访谈中说道："在她的病情恶化时，我发现自己正在写下我们所有的经历……这帮助了我具象化发生过的一切。在她去世后，我继续书写和阅读，试着去理解或处理悲伤，它与我之前想象中的不一样。"奥洛克把这种写作称为"一种对抗恐惧与纷扰的方式"。

谢丽尔·斯特雷德同样尝试用这种方式处理母亲早逝带来的悲伤，她在小说《火炬》与广受欢迎的回忆录《走出荒野》中，称母亲为"创世神话"。在《火炬》中，女儿克莱尔认识到她"从未有过这样的时刻——沐浴在母亲死亡的荣耀里，沐浴在即将成为一个孤儿的荣耀里"。克莱尔还说："这带来了肮脏和残忍，但也带来了彻底的解脱，好像她的悲伤真的完全消失，好像她的人生只是一个可以用来展示的故事。"

诺拉·艾芙隆，因为她名记者丈夫一场臭名昭著的出轨事件，遇到了另一种悲伤——这种悲伤伴随着一种强有力的暴怒。在她的自传体小说《心火》中，女主角（诺拉的自我投射）蕾切尔被问道："为什么你觉得必须把所有事情变成一个故事呢？"她回答说："因为如果由我来讲述这个故事，我就能控制故事的版本；如果由我来讲述这个故事，我就可以令你发笑，我宁愿令你发笑也不愿意让你同情我；因为如果由我来讲述这个故事，它就不会那么令人痛苦；因为如果由我来讲述这个故事，我就能与它和解。"

在你为一场可怕的灾难疗伤时，创作能够给你和其他感知型最伟大的礼物就是与往事和解。

## 用创作对抗孤独

在生命中的某个时期，你也许会因为各种原因出现很多独处的情况，然后你感到孤独，这对于感知型来说尤为煎熬。也许在家工作看

上去是个不错的主意……直到你意识到，你错过了诸如大家最近在恶补某电视剧之类的办公室话题；也许，你为拥有一个大学室友而雀跃，但结果更多时候你还是孤身一人，因为她基本上和她男朋友住在一起；也许你身体上有一些缺憾或疾病，导致你无法尽情地外出。

感到孤单或孤独也许会很煎熬，创作当然也无法填补无人相伴的空虚。但，孤独可以为创作提供动力，也可以为之提供充足的时间。它还给你自由，让你可以做一些在过度繁忙、电子设备盛行的时代里比较罕见的事：使用你的想象力。有些艺术家利用他们的孤独来滋养他们的想象力，取得了赫然成就。

9 岁时，就在疫苗发现的前一年，导演弗朗西斯·福特·科波拉患上了小儿麻痹症。他局部瘫痪，无法行走，甚至无法活动他的左臂。一个卧床一整年甚至不知道自己是否能够完全康复的孩子如何才能打发时间呢？一个在未来导演出世纪佳作《教父》的孩子，当然会用父亲的录像机和一个 15 毫米的玩具投影仪打发时间。科波拉花了无数的时间来为米奇以及其他能够在家投影的电影进行配音。“似乎我童年的多数时光都花在为画面配音上了”，科波拉自嘲地在《演员工作室内幕》的访谈中说道。

当被问到身体的限制与独处是否他后来成为艺术家的重要因素时，科波拉明确表示肯定。他说：“我某种程度上像是为自己打造了一个幻想世界，这开创了我电影中那个幻想世界的开端。”

理查德·斯塔基，也就是林戈·斯塔尔，一个被称为“生病体质”的孩子，曾两度遭受致命疾病的折磨。6 岁时他因阑尾炎住院，结果受到感染导致陷入昏迷。他的疾病致使他有近一年的时间不能上学，不仅学业滞后，而且遭到了同龄人的排斥与孤立。有一次住院，父母为了给他找点事做，拿来了两个玩具：一个红色巴士和一个小鼓。你也许已经猜到了，小里奇不负他之后的“鼓痴”之名，为小鼓深深着迷。但好事多磨，当他伏向邻床的小男孩准备把小巴士给他时，未来的披头士鼓手摔破了他的头，昏死过去了！

五年后，他感染了肺结核，有两年的时间，他必须在乡下的疗养院（那时候这地方还有一个更可爱的名字——“暖房”）度日。护工每

周授一次课，教病人从家务整理、艺术技巧到乐器的各式技能。爵士鼓课程改变了林戈的生命轨迹。他再也没有回到过学校，宁愿待在家里听着音乐，同时用棒子敲打饼干罐头。他一边打着零工，一边加入乐队，最终被约翰、保罗和乔治发现。按照人们的说法，后来的情况缔造了摇滚的历史。

我们无法肯定，如果这些艺术家在童年时没有经历这些寂寞而孤单的岁月，他们是否还会成为一代偶像。但我们也许可以说，他们的不幸为他们提供了罕见的机会，让他们能够释放想象力，发现他们真正喜欢的事物——一些能够把他们从无聊、倦怠、孤单甚至可能是绝望中拯救出来的东西。

名人聚焦：弗里达·卡罗，用绘画克服孤单

弗里达·卡罗，这位墨西哥画家一生都饱受折磨：7 岁时身患小儿麻痹症；18 岁时，一场几乎致命的事故致使脊骨、锁骨、骨盆碎裂，右腿右脚粉碎性骨折；长期的慢性疼痛；有一次被矫形胸衣和石膏绷带固定长达好几个月；右脚溃烂，在去世前不久还动了截肢手术。在成年后，她经历了不少于 35 场手术，常被束缚于轮椅或床上。但不寻常的是，她一直坚持画画。你可以想象，如果没有创作作为宣泄，她的一生该如何忍受折磨？

在《弗里达·卡罗日记》的序言中，同是墨西哥人的作家卡洛斯·富恩特斯写道：卡罗通过她不屈不挠的精神告诉了每一个人“痛苦和疾病都无法改变她的独一无二”。他还写道：“她直截了当地描述了她的痛苦，它并没有让她沉默，她的呐喊是如此清晰，因为它用某种可见的、充满情感的形式表现了出来。”

在卡罗的 143 件作品中，55 件是自画像，它们一方面颜色鲜明、充满活力和狂野的想象力，另一方面也大方展示了她禁锢于支架、受困于轮椅里的样子和她裸露的器官。按照理想中的样子描画自己，帮助了卡罗平和地面对自己可怕的处境。正如她在日记中写的那样，“痛苦与疼痛，欢乐与死亡都不过是一个过程。”

在《波士顿环球报》一篇关于卡罗的文章中，塞巴斯蒂安·史密评

论说："艺术能够注入最原始的情感，将伤害、生理性的痛苦和精神的萎靡具象化为等价的坚硬宝石。这种想法已经鼓励了无数人开始艺术创作，数量远超我们的想象。"在支撑她自己求生的过程中，卡罗也向我们展示了如何通过艺术创作来从境遇中超脱出来。

### 自我培育课
### 克服孤单

大多数人在感到被孤立或暂时感到身体欠佳的时候会做什么呢？当然是玩他们的电子设备！着了魔似的浏览社交网站，强迫症一样不停发短信，看真人秀以保持和"朋友们"的生活不脱节。毫无疑问，这些都是有帮助的。但下次当你抱着鸡汤和智能手机被隔离时，试试每天花一个小时写日记如何？或者当你的小伙伴要离开几天时，试试用木炭和粉蜡笔在速写本上画几幅画？我保证这会让你暂时忘记悲伤，让时间过得更快一点，也许还能对你的下一件作品起催化作用。

## 回报心理

如果你是一个感知型，你有时会觉得一场戏剧、演唱会或一本小说在你身上留下了印记，一个永远的纹身。对于自己能有如此深的感触，你深为感激，这种感激是你想为其他人做同样的贡献的部分原因。歌手玛丽·J·布莱姬就有过这样的经历。

当我回想哪个灵魂歌者的歌声能像列夫·托尔斯泰的作品那样感人至深时，我会想到布莱姬。在她成为歌手之前，她的人生因其他歌手的音乐改变了轨迹。她甚至将她 2010—2011 年的世界巡回演唱会取名为"音乐拯救了我的生命"。

布莱姬在布朗克斯度过了一个不幸的童年。她在酗酒的母亲抚养下长大，父亲是一名深受创伤后应激障碍困扰的越战老兵，经常殴打她的母亲，还抛弃了她们。布莱姬曾在年幼时遭受过性侵犯，后来又染上毒瘾、酗酒和性瘾，是音乐让她的生活面目一新。

布莱姬在接受《旧金山纪事报》采访时说："音乐让我们有了活下去的动力。人们曾无数次告诉我，在低落与抑郁、满脑子只想到死亡的状态下，他们听到了一首特别的歌，然后重获了勇气。这就是音乐的力量。我相信有一些东西是上帝从困境中拯救我们的工具，音乐是其中一种。当我第一次听到灵魂乐队的《继续前进》时，感到有人在我体内注入了一种新的、让我继续下去的精神。"在她自己的歌手及慈善事业中，布莱姬试图开始同样的拯救，尤其是对那些想要从贫穷、虐待以及最常见的心碎中逃离出来的女性。

正如神经学家兼作家奥利弗·萨克斯在《恋音乐》一书中所言，音乐有一种治愈大脑和心灵的显著能力。他记录了音乐对于个人的特殊影响，"音乐可以直击心灵，无需任何介质。人们即使不了解狄朵与埃涅阿斯在亨利·普赛尔于 1689 年写的同名歌剧中扮演的角色，也会在她为他而恸哭时为之感动，曾失去过挚爱的人会知道狄朵在表达什么。有一种深刻又神秘的悖论是，虽然这样的音乐让人们感到强烈的痛苦与悲伤，但同时也会带来安抚与慰藉。"

如果你可以通过音乐或其他的艺术形式同时给你和他人带来慰藉，这难道不是一种很好的馈赠吗？

借助艺术以帮助他人这件事，还有一个自利（但不是自私）的因素。作家詹姆斯·鲍德温相信，自己受苦的唯一价值是能够帮助他人减少一些苦难，他在 1962 年对纽约社区教堂的召集者说："你必须理解，如果你的痛苦不能与他人的痛苦产生共鸣，你的痛苦就是微不足道的。如果你的痛苦可以达到共鸣的境界，你就能从中释然。也许反之亦然，如果我能告诉你需要忍受怎样的苦难，也许就能让你承受的苦难变得少一些。"

回忆录《秋日气球》的作者肯尼·波尔波拉的运气很不好，饱受家庭不和、酗酒和痛苦的折磨。他谈到了其他作家对他的影响，以及自己想要反过来影响他的读者的愿望。当被《兰普斯》杂志问及为什么要描写自己的生活时，他回答道："我在开始写作前看过很多人的作品。我看过那些男女作家写的诗、散文和故事，他们比我更早地失去他们的父亲，恋爱然后失恋。我看过那些在痛苦中挣扎着的人们写下

的文字，他们感到自己渺小、不受关注，他们自觉丑陋，在书里写下奇怪又禁忌的事实，勇敢展示自己的人性，找到动力继续前行。我记得自己在城市公交车上和空旷的图书馆里阅读这些文字，我想我希望的是，能够加入其中，以某种形式回报他们，让在某辆公交车上的孩子感到不那么孤单。”

创新推进器
将个人的经历普遍化

很多感知型都会撰写回忆录、自传体小说、戏剧、电影剧本或诗歌来帮助他们了解自己的生活和经历以鼓舞寻找人生意义的人们。一个需要避免的常见错误是：别认为你对关于自己的生活细节描写得越多，你的观众就越难产生共鸣。相反，观众会以你的经历为范本，在他们自己的生活中找到映射（parallel）。因此，尽情描述你在亚利桑那州索诺兰沙漠度过的童年时代的家，比如，感性地去描述走过你家步道的蠹蜥和仙人掌上长出的仙人掌花。信不信由你，这会让从缅因州沿海到奥马哈市中心的读者都忆起往事。

## 献给感知型的警世恒言

成为一个感知型从来不是一件容易的事。能让你成为大师的同理心与洞察有时也会像个负担。让我们一起来看看你也许会面临的挑战以及你需要控制的特质，以便你在创作有意义的艺术作品的同时能够稍稍做一些自我保护。

创新推进器
认清你的恐惧

感知型倾向描绘根植于困难和痛苦的人生经历中的作品。有时你会害怕创作并不奇怪！克服恐惧或至少是与之和解的第一步，是

认清它们。以下是一些感知型普遍有的恐惧：

- 不确定是否有人会对你的生活产生共鸣
- 因为暴露了家庭隐私而遭到批评
- 对深挖个人的辛酸经历感到痛苦
- 无法通过你的作品“拯救”任何人
- 担心被判定为情绪障碍以及其治疗药物不仅无益于你的创造力，还会削弱它

看看你害怕以上哪些事项，再想三种添加到你的清单里去。然后，试着针对每一项回答“我能怎么做”。比如，假设你最担心暴露家庭的阴暗面会引来亲人的攻击，想想看你该怎么做？要么忍受他们的批评，要么在作品发布前修正或稍作减缓。在其他恐惧事项上重复这一练习，看看是否会减少你对它们的恐惧。

## 情绪障碍和创造力

你或许不幸患上了情绪障碍。如果是这样，你要知道，很多史上伟大的艺术家也与你一样。

“痛苦的艺术家”之所以列为一个类型，是因为有很多著名的艺术家真的有一个痛苦的人生。在过去，人们认为他们痛苦是因为他们“太过敏感”，或患有一种必须在刀尖上起舞的强迫症。但在今天看来，事实是他们中有很多人都患有一些情绪障碍诸如焦虑症、抑郁症或躁郁症，有些还患有精神分裂症。

西尔维娅·普拉斯就是一个这样的作家，然而我们不能对她的一生以抑郁和自杀盖棺定论。当我阅读她的日记时，我震惊于她作品中的希望与乐观，即使是在她经历过几次严重的抑郁症发作、自杀未遂之后。她对于写作的欲求支撑着她，推动她前进。她曾经说过：“我想要写作，因为我有一种冲动，想找到一种我擅长的、能够转化与阐释

生活的介质。我无法满足于仅仅好好活着。”

早在人们像现在这样公开谈论情绪障碍之前，另一位著名作家威廉·斯泰伦就坦言自己曾深受抑郁症的困扰。在他 1990 年的《看得见的黑暗：疯狂回忆录》中和在一篇为《名利场》撰写的文章中都具体地描绘了这种逐渐沉入“黑暗”中的恐惧。但他认识到，忧郁成就了各个艺术领域的杰作，“在文学与艺术的历史上，忧郁就像一根坚实的细线一样连贯其中。”比如哈姆雷特的独白、艾米莉·狄金森的诗句、纳撒尼尔·霍桑和埃德加·爱伦·坡的小说、阿尔布雷特·丢勒的雕像、梵·高的“疯狂旋转着的恒星”、贝多芬的交响曲、巴赫的合唱曲，都是明证。

情绪障碍和创造力之间的联系不再只是一种个人自述或客观观察，这还成了一个研究课题。

2008 年，精神病学家南希·安德森在著名的爱荷华大学作家工作室的学生和教授身上做了一项研究，结果发表在《临床神经科学对话》上。尽管研究中的大部分作家都有显著的情绪障碍历史，多数也接受过治疗，但安德森发现他们出现情绪高昂或低落的时期会持续几个星期到几个月，穿插于长时间的“正常”情绪之间。当安德森与作家见面时，他们看上去都好像乐观有趣，好像对生活很满意。换句话说，尽管他们有一些症状，但他们并不适合归于受折磨的艺术家这一类别。

她发现他们和有创造力的人总体上都有一些独特的特征，让生活更丰富同时更艰难。他们感情脆弱，乐于迎接各式体验，习惯于模棱两可。他们生活的世界不以偏见和专制为准则。他们的内心世界是复杂的，比起“正常人”来有更多的灰色阴影地带。你是其中之一吗？

她也指出，创造力强的人时常必须与批评、拒绝、被孤立做斗争，这会让他们觉得沮丧、不受欢迎。因此，可以这么说，在情绪障碍和创造力之间存在一定的关联。

## 最佳的创作状态

《疯狂天才：躁狂抑郁症与艺术气质》一书的作者兼心理学家凯·雷德菲尔德·杰米森，也指出创造力和情绪障碍之间的关系。杰米森指出，严重的狂躁或抑郁会妨碍艺术家全身心投入创作，极度的狂躁会让人无法安定下来、集中注意力和编辑文字，极度的抑郁则会抽走创作所必须的精力和意愿。

但那些轻度躁狂症、轻度抑郁症或在这两者之间相互转换的患者也许正处于最佳的创作状态。根据杰米森的说法，人们在轻度躁狂状态下会思考得更加快速、流畅，更具创新性，在轻度抑郁状态下则会更加自省与投入，尤其适合从事校阅和编辑这样的工作。轻度抑郁也许能够让人回忆起痛苦的时刻——但是以一种安全的距离——让他们能够进入更深沉的情感和潜意识，使观察力更加敏锐。

杰米森并不否认轻度状态下的这些病症也具有一定的严重性，但她认为轻度躁狂与轻度抑郁的相互作用能够产生一块适于创作的沃土。她写道："长期的轻度抑郁里——有时被短暂的狂热和自我膨胀打断——有一些因素能让人有一种不一样的洞察、共情和表达方式。"

## 创作的情感风险

创作带有一种显著的副作用（但每个人对此都有不同的解药），那就是深挖痛苦的回忆、情感和披露情感时的困难。

如果你是一个感知型，面对过去是一项严峻的难题：一方面，深挖之后，诸如悲伤或懊悔之类的痛苦情感会倾泻而出，对你造成某种意义上的情感创伤；另一方面，这会阻止你深入令人痛苦的问题及情感。你会倾向于放弃、拖延、回避触及那里或将一些需要深挖的题材轻描淡写。

我在我的写作小组发现，直面过去相当费劲。有时一个学生会写下一句话，提及自己受到过的心灵创伤一段经历，然后在下文里再也没有提到过。在我看来，这是一种信号，意味着他们真的想写这件事，但也许现在还没准备好。如果你发现自己也有这样的情况，没事

的，你不必强迫自己处理一个你现在还没有准备好面对的话题。但你要小心，一旦你将脚趾探入水中，这意味其实你已经准备好整个人跳进去了，即使你还没意识到。当然你有可能会遇上这样的危险——被记忆的洪水淹没。

音乐家苏菲洋·史蒂文斯就苦苦挣扎于这种矛盾中。当他年少丧母时，他的悲痛是复杂的，因为母亲在史蒂文斯一岁时就离开了家，从未与他建立过亲密的联系。因此，你怎样处理失去一个你从未真正拥有过的母亲的失落感？

史蒂文斯的做法是制作专辑《凯莉与洛威尔》，以他母亲和继父的名字命名，灌注他的困惑与绝望。同样痛苦的、在年少时就失去了双亲的作家戴夫·艾格斯，称之为一张“极度残忍悲痛的”专辑。

在一次与艾格斯的访谈中，史蒂文斯说道：“我将录制专辑看做是一种抒发悲痛并试图解读它的方法，但写歌和录制的过程并不像我想象的那样轻松，我在困惑与痛苦中越陷越深。这是黑暗的一年。”制作这张专辑的经历不是他所期望的那样，并没有带给他所需要的情感安慰，但这确实让他能够释放一些愤怒，让他最终原谅他那位未曾尽到养育责任的母亲。当然，如果史蒂文斯知道他的痛苦经历为那些与他有类似遭遇的歌迷带来慰藉的话，他也同样会为之欣慰的。

名人聚焦：珍妮丝·贾普林，感受到每一个人的痛苦

诗人罗伯特·洛威尔描述过成为一个感知型的困难，说他们“看到了太多，并用缺失了表皮的庇护的肌肤去触碰它”。感知型不仅脆弱，还容易感应到他人的情感，包括痛苦，他们会以与他人同等的强度感受到它。无疑这会使他们活得很辛苦，毫无防备地被烙上艺术的烙印。

如果说有哪位艺术家符合这种特质，那无疑是珍妮丝·贾普林。“肝肠寸断”这个词就是为贾普林的歌曲而生。听一听《夏日》或《哭泣的宝贝》，你一定会感到肝肠寸断的。

贾普林 20 世纪四五十年代在德克萨斯州的阿瑟港长大，在这个追求同质化的地方，她忍受着弗吉尼亚·伍尔夫在《一间自己的房间》里所指的那种“相反的本能”。贾普林急切地想要融入其中，但她知道她不仅无法融入，而且还会灵魂受损。

贾普林高中毕业十年后，成为 20 世纪 60 年代最伟大的摇滚明星之一。她戴着有色复古眼镜，头上插着羽毛，盛装出席了班级的十周年聚会。当在一次采访中被问到她高中是否参加过毕业舞会时，她回答说她并未被邀请参加，并假装对此毫不介意。但实际上，这种针对她所谓的缺乏女性气质的外表和面部痤疮的排斥和霸凌深深地刺伤了她，成为她的一个伤口。多年以后，《滚石》的一位音乐评论家艾伦·威利斯写道：贾普林“遭受过发生在美国青春期少女身上最糟糕的命运——不受欢迎”。

在她访问家乡的期间，男友与她分了手，理由是她无法戒掉吸食海洛因的习惯——这种毒瘾在她 27 岁时使她殒命。在路上，她发现自己一个人在宾馆的房间而乐队的同伴们则在滥交，她的内心感到孤独和绝望。在美国公共电视台的美国大师纪录片《贾普林：忧郁的小女孩》中，她的一位乐队伙伴评价说，纵使贾普林得到了百万人的爱，但只要有一个人不爱她，她就会遭到毁灭。

作为一个有感知型特征的人，贾普林感知到的不只是自己的痛苦。在同一部纪录片中，她的前男友说她：“她能够感受到每个人的痛苦。她吸食海洛因的一个原因是它能够把她与其他人的生活隔绝开来。大多数人能够忽视周围发生的事，但珍妮丝做不到，她无法将它与自己隔绝开来。”

另外一名乐队伙伴戴夫·盖茨在他回忆起他认识的那个珍妮丝时则流下了眼泪，声音嘶哑，“她与她自己的情感深度交流，这就是她，用一种与我认识的任何人都不一样的方式。那种状态——或者达到那种状态的尝试——就是你想要在那种高度从事那种艺术所要付出的代价。”

感知型是否能够避免付出如此高昂的代价呢？应该去看一看像梅丽尔·斯特里普和阿黛尔这样拥有强烈情感共鸣的艺术家，她们选择远

离好莱坞和其他一些名流聚集地，过一种看上去不显眼的日常生活。她们给人以自我封闭的印象，却可以一边从事工作，一边避免负面情绪长期影响或毁灭她们。通过“常态”（normalcy）来自我保护，也许为感知型带来帮助。

## 事无巨细地记录生命中的瞬间

一些感知型会尝试记录生命中的每一瞬间——或至少说特殊的瞬间——避免遗忘或遗失。对他们而言，智能手机与其说是一部电话，更像是一部相机和日记本，他们疯狂地试图记录下人物、地点和体验以对抗遗忘，尽管他们知道遗忘是不可避免的。

如果你也在这样做，你就该问自己一个问题：这种记录生活的执念是否反过来致使我错失了生活呢？

莎拉·曼谷索在她的《正在进行中：一本日记的终结》意识到了这种冲动。在 25 年间，她尽可能多地记录，日记达到了 800,000 字的惊人数字。对于这种极端的努力，她是这样描述的：“我写下来，意味着我真正注意到了。体验过是不够的，日记可以避免我在生命终结时醒来发现自己错过了这一切。”

但曼谷索同样意识到她在一天里记录得再多，也还是会有更多的东西被遗忘。而且，她错过了太多，因为她只关注一段经历或一段关系的开始和结束，而不是关注过程——这才是关键。

《世界之光》一书的作者是诗人伊丽莎白·亚历山大，这是一本关于在 50 岁时猝死的她挚爱的丈夫菲克的回忆录。她也在努力克服艺术家对于回忆与记忆的依恋。在《光》一书中，她问道：“在一天中有多少空间可以用来回忆呢？多少空间应该被用来回忆呢？我在我的诗中思考这个问题。我不想变成一个怀旧者。然而我从回忆中得到养分，我需要写诗，我用我现有的一切——我的人生和我周围的世界——来创作这门艺术。”她同样承认：“我靠写作来将他留在那里，靠他的陪伴度日，确保我能够记得他，即便我知道我根本不会遗忘。”

努力抓住生命以及自己经历过的人与事——这些作家在经历这些

常见的情感挣扎后，似乎都理解了应该怎样一边避免让回忆完全淹没生活，一边用回忆来灌溉艺术。感知型，你也一定会学会这种方式的。

随身锦囊

如果你是一个感知型或带有某些感知型的特征，你拥有充沛的情感，需要投注到你的作品中。你不仅有创作的渴望，更有一种迫切的需求。

该怎样做才能最大限度的利用你的性格特质，同时又避免让情感搅乱你的艺术判断力或被“受折磨的艺术家”这一神话压垮？

- 为你的敏感和情感的深度而自豪，它们会在艺术上给你带来好处；
- 看看创作艺术是否能给你带来一些精神发泄或让你更好地理解你的生活；
- 记住，创意不仅能从绝望中来，还能从快乐和愉悦中来；
- 认识到有时你需要在你和你想要捕捉的经历之间保持一定的距离；
- 当你感到孤独时，试着用艺术将你与人们联系起来；
- 如果你感到孤立无援，就逃到你的想象中去；
- 运用你的艺术才能去影响他人的生活；
- 不要只是记录生活，要去生活！

# 第五章
# 激进型：以艺术之名改变世界
*The Activist*

诗人是这个世界无冕的立法者。

——珀西·比希·雪莱《诗辩》

你相信艺术能改变世界、结束战争、解放被压迫的人群以及终结贫困吗？

也许你很想念 20 世纪 60 年代（尽管那时你可能还没出生）；或者，你穿着鲍勃·马利的 T 恤、戴着约翰·列侬的眼镜去参加蓝色少女的演唱会，这样你所有的反战偶像就能一次性都出场了。

你意识到《生而如此》或《同样的爱》并不会直接让最高法院立法通过同性婚姻。但你确信，当安东尼·肯尼迪法官写下主流判决意见时，他会跟着哼唱这些歌，还会观看《欢乐合唱团》的老剧集，阅读大卫·赛德瑞斯在《我的语言梦》中的文章。你的一个伟大愿望就是创作一件拥有此类影响力的艺术品，比如一首歌、一场电视节目或一本散文集，拥有有望改变人们的生活甚至历史进程的影响力。

你也许是个激进型。

## 激进型为什么创作？

如果你是一个激进型或带有一些激进型的特征，你会发现在你目力所及范围之内皆是不公，你无法袖手旁观，感到必须为它做点什么

——你无法不这样做。以下是你创作的一些原因：

因为每次你望向那些露着悲伤眼神的狗、配着伤感的背景音乐的公益广告时，都觉得伤痛欲绝；因为你真的可以想象出一个没有国家和民族的世界；因为你无法满足于撰写新黑色惊悚片、为杂志封面拍摄明星写真或在浪漫喜剧片中扮演主角的好朋友——在你明明可以依靠你的能力达成更高的目标时，你不愿做这些事。

因为你是一个政治新闻迷，但你首先是一个作家、舞者或画家；因为你能够记得第一次读到《杀死一只知更鸟》的情形，它不仅能够让你在理解了不公平事件，还能让你深入骨髓地感知它们。因为你希望有所作为，希望你的艺术举足轻重。

## 激进型初印象

激进型的动力尤为强烈，因为每时每刻都有那么多事亟待纠正。如果你是一个激进型，你永远不缺乏创作动力。

用你的创造力为政治服务不仅仅是你的愿望，你觉得这是你的责任。

你的作品总有一种使命感。当你需要因警察枪击了一名赤手空拳的黑人而创作一首讽刺诗，或创作传递反战理念的街头艺术时，你总需要争分夺秒。

激进型经常被指为天真的理想主义者，很多激进型将之视为一种称赞（尽管这并不是）。

他们的想法是这样的，如果你对于艺术和政治的力量不抱幻想，又怎能期望让这个世界变得更好呢？

作为一个激进型，你相信艺术可以改变心灵，触达人们的心灵深处。

你也许已经遇上过激进型所特有的难题了。你能否能够避免你的

作品信息过载？带有政治性的艺术作品在寻求变革的过程中，是否会与直接行动、集会、政治活动一样奏效？

因为全世界的激进型都在披露关于强权的事实，因此很有可能掌权者会给予回击，甚至将激进型艺术家关入监狱或流放好让他们噤声。

但是激进型不会“被沉默”。你的艺术作品总有办法让人们看到。

## 激进型的类别

你也许想让你的作品举世震惊，又或者你想要在信息传递和艺术性之间找到一种平衡。

浏览下方的艺术家类型，继续读下去，对最常见的几种加以了解。

艺术人格测试
测测你是否一个激进型

1. 你目力所及尽是亟待纠正的错误？如果你不以某种形式作出回应，你是否难以心安？
2. 你对政治感兴趣，但比起投身于法律或公共办公室，你更愿意凭借创作才能来有所作为？
3. 你是否想象过会有一天，没有战争、贫穷，没有针对女性的暴力——每个人都能安然度日？
4. 你是否认为写情歌、夜间肥皂剧或动作探险电影没什么不对，但你希望自己能够投身于更伟大的事业——那种可以改善全世界悲惨境况的事业？

5. 你是否认为艺术家有义务把他们的艺术才能用于政治？
6. 你是否致力于在艺术性和政治理念之间寻找一个平衡点（不为其中一个牺牲另外一个）？
7. 你是否为你艺术作品中的政治不正确感到骄傲？
8. 你是否有时感到自己是被选中的，用你的艺术作品来代表“你的人民”，而非自主自愿？
9. 当谈到你感兴趣的问题时，你是否不仅（在你的作品中）纸上谈兵，更（在你的生活中）身体力行？
10. 你是否愿意为了创作政治性的艺术，而冒着和历史上被封杀的艺术家一样的危险？

如果对于以上多数问题的答案都是“是”，那你是个激进型。如果你对于其中一些问题的答案是肯定的，那你多少带有一些强烈的激进型特质。无论你是哪一种，都请继续读下去。

创新推进器
认识到你们的多样性

你是哪一种？

- 奔走疾呼型（将世界向某个特定的方向推进）
- 矛盾纠结型（不确定政治是否归属于艺术）
- 现实理想型（了解艺术能够达到与不能达到的政治目的）
- 营销大师型（通过宣传促进艺术的效果）
- 改弦易辙型（在成功成为明星型之后变成了激进型）
- 乐于挑衅型（以政治不正确为乐）
- 合二为一型（想要在艺术与信念之间达到平衡）
- 虔诚信徒型（身体力行、奔走疾呼）

- 独当一面型（成为一个团体或一个议题的门面担当）
- 孤胆英雄型（愿意拿艺术甚至生命冒险）

## 奔走疾呼型

为某个目标而奔走呼吁是根植于激进型血液中的本能。对于很多激进型而言，鉴于他们所处的时代，与其说他们创作由某种信念驱动的艺术作品出于一种选择，不如说是一种必然。

在《我为什么写作》中，乔治·奥威尔承认，如果他得到许可的话，他宁愿纯粹为文字的乐趣而写作。

换句话说，他内心深处更像是个工匠型。但因为他所处的动乱时代——两次世界大战、法西斯主义与纳粹主义的崛起、百万规模的大屠杀——他感到有责任 通过写作改变世界，因此“政治诉求”成为他的首要写作动因。

他感到被迫 以一个激进型的目标进行写作，以至于宣称“自从1936 年起，我所写作的每一行严肃作品，无论是直接还是间接的，都在以我所理解的方式来反对 极权主义，提倡 民主社会主义。在我看来，在我们这个时代，认为我们在写作中可以避开这样的话题的观点纯属无稽之谈。”

作家芭芭拉·金索尔弗对于文学作品里政治性的观点与奥威尔高度重合，因此尽管她出生于几十年以后，她也绝对会成为奥威尔的最佳朋友。她对关于海湾战争（1990—1991）的主流观点感到震怒，尤其是在一场反战集会中，一个男人走过她身边，对她说了一句“不爱就滚”——滚出美国。她离开了这个国家。

根据在她之前的作家流放传统，和 F·司格特·菲茨杰拉德和詹姆斯·鲍德温一样，她搬去了欧洲，同时还是为了看看自己能否在远离祖国的情况下更清晰地描述祖国。在旅居西班牙期间，她写了一篇《无聊的话》，其中列举了一长串当时发生在美国的荒唐事。

金索尔弗相信，创作者对社会和写作负有责任，“艺术家有一个

特殊职责，就是将苦药包裹上糖衣，从我们的喉咙里滑进去，告诉我们一些我们认为自己不想知道的事情。”这粒苦药就是政治真相，它的糖衣就是艺术加工。按照金索尔弗的说法，《宠儿》与《简·爱》这些小说可以达到一篇新闻报道所不能达到的效果，让读者了解诸如奴役、战争、女性压迫之类的困难和丑恶现实，让读者真的站在角色的立场上去感受 。当人们同情他人——即使是小说里的人物——他们对于战争的姿态就会更加柔和，不再热衷于参战或让一个团体与另一个团体相互斗争。因此，金索尔弗认为小说作者向他或她的读者灌输同情的能力是一种微妙又有效的宣传形式。

创新推进器
选择一个事件

你是一个热衷于所有事情的人，有时你灵光乍现，想设计一个艺术装置、写一首歌或朗诵一首诗歌来表达你对于社会不公平的愤怒。这是件好事，但你也许可以将你的注意力集中到你能最大限度发挥影响力的问题上。你最想纠正哪个错误？哪些问题时机已成熟、可以推进？哪个被忽视的问题应该被提上议程？你有没有某个特别想参与的问题，某个能让你为之奋斗数年的问题？回答这些问题，看看是否能够帮助你作出正确的选择。

小说也提供了一个空间给作者宣传他们的哲学观点，就像安·兰德在她的作品《阿特拉斯耸耸肩》中宣传客观主义一样。这部小说围绕一个反乌托邦国家展开，其中有最具创造力的工业家、科学家和艺术家，他们罢工反对所谓的福利国家，撤入山间隐蔽处，建造了一个独立的自由经济。自由论者与保守派从这本书开始得到了启示，这也是兰德的最后一本书，出版于 1957 年，收到了大量负面评价，但其生命力极度顽强、经久不衰。

## 矛盾纠结型

不是所有的艺术家都能坦然在自己的作品中加入政治思想。有一

些人相信艺术应该是纯粹、无污染、不带有政治意义的，除了感动与娱乐观众，让他们思考、感受、哭笑之外不该有其他目的。当然不应该将你的观点灌输给你的观众。让政客和权威人士去折腾，这不是艺术家该做的事！

作为一个激进型艺术家，你也许已经在纯粹艺术与政治艺术之间的矛盾中挣扎许久。你怀疑，是否你所有 的作品都应该包含某种信念？如果你太过政治化，是否会触怒你的粉丝？也许你担心出版商或唱片厂牌会失去对你的兴趣，作品的销量会下滑，你的名誉会受损。你决心创作带有政治意图的作品，但你不确定你想要这样做。

所有这些顾虑都是正常的，很多艺术家——有抱负的或知名的——都与这些矛盾做过斗争。我曾经在家乡马萨诸塞州的牛顿市图书馆参加过一次座谈会，主题是作家为什么要写作。在问答环节中，一位正在写一部小说的观众向专题组成员征求建议。他太想为自己的作品赋予意义，但又感觉被这个目标压得喘不过气来，结果，他就写不下去了。其中一名专题组成员安德烈·杜伯斯三世给了他一个简单有效的建议：“别试图说一件事，而是试着抓住事实，哥们儿。”换句话说，让你的想法自然流出，而非强行植入。

弗朗辛·普罗斯捕捉到了她和其他作家在试图协调艺术性和行动主义时遇到的这个困难，在《纽约时报》的一篇文章中写道：“所以作家应该做什么？我们想要写出最优美、最真实、最独特又具有感染力的语句，最具韵律的诗行。但同时我们也注意到了这个世界正被推向地狱，而我们坐在舒服的符合人体工程学的座椅里，从事着一种恐怕还不如养绣球花更有价值的活动。”她提供的解决方式是“把我们作为艺术家（对艺术）的责任与我们的人类责任（对其他人）分离出来。”换句话说，就是在生活中从事政治问题的同时，在艺术上保持“纯粹”。

另外一个试图将艺术与社会活动相分离的作家是 20 世纪的英国诗人 W. H.奥登。毫无疑问奥登在政治上有一种使命感。他前往西班牙反对法西斯独裁者弗朗西斯科·佛朗哥，后来，他又发表了反对法西斯主义的演讲，还写了一首一个小册子那么长的诗歌《西班牙》，进

入一个反对佛朗哥的国际组织。但他最终作废了这首诗，因为他对其中在他看来很幼稚的政治观点和糟糕的遣词造句感到羞愧。

有了这些经历，奥登开始质疑那些带有政治意图的作品是否有用。当他写《悼念 W. B.叶芝》这首诗向他的文学偶像致敬的时候，他写下了这句有争议的话："诗歌百无一用"（poetry makes nothing happen）。数十年以来，评论家们都在钻研这六个字，试图弄清楚为什么在诗人的世界里——尤其身处奥登这样的高位——会作出如此令人沮丧的论述。

为什么奥登，当时盛极一时的诗人，并且是在那个高度尊重热衷社会活动的作家和诗人的时代，会如此反叛地将行动主义与艺术混为一谈？

他似乎害怕将具有政治意味的话语加入诗歌以后会玷污它。毕竟奥登写了一些有史以来最美的爱情诗。如果你想，可以看看《四个婚礼和一个葬礼》中在追悼会上阅读他最受欢迎的一首诗《葬礼悲歌（所有的钟都停了）》的感人场景。也许奥登只是在说他不想被迫用某种固定的方式来安抚其他关注政治的艺术家和作家。

汤姆·约克，另类摇滚乐队电台司令的领军人物也同样拒绝如此。2003 年，这个乐队发行了一张专辑《向小偷致敬》。这是一场很明显的"向小偷致敬"的秀——小偷/首领即当时的美国总统乔治·W·布什，他以萨达姆·侯赛因私藏大规模杀伤性武器为由入侵了伊拉克。很难否认这张专辑的名称含有政治内涵，然而，当被询问时，约克坚称乐队没有直接的政治意图，至少没有故意植入。

果真如此吗？尽管这张专辑的标题可能是乌龙，但它听起来还是有政治意图。然而约克告诉《共振》杂志："我不相信纯正的政治艺术会是好艺术。首要的要求是创作好艺术，如果足够好，就会有一种超脱感。"约克的主要观点在于"政治语言是丑陋的""没有一点美感"。

但不是每个人都同意这种观点。魔幻现实主义作家伊塔洛·卡尔维诺看到了一个可以用优美的语言传达政治或社会观点的机会。正如他在《文学的作用》中所说的，他相信政治语言的最佳状态是"赋予没

有声音的东西以声音，为没有名字的东西命名，尤其是当政治语言对之排斥或试图对之排斥时”。卡尔维诺还进一步抒情地写道：“文学就像一个耳朵，听到超出政治语言能够理解的东西；就像一个眼睛，能够看到政治无法识别的颜色光谱。”

艾丽斯·沃克，她参与公民权利和女性运动，曾经担心“成为一个激进分子并且撰写相关的东西会使她‘降级为新闻撰稿人的水准’”。然后她意识到一个观点，可以作为那些赞同政治意图的新闻工作人员和艺术家的总结。她在《我们所爱的一切都能得到拯救》中写道：“现在我知道了，正如最棒的新闻工作人员一样，行动主义经常是我的缪斯女神。”

如果行动主义也是你的缪斯，注意一下。记住，没有任何缪斯喜欢被忽视！因此，对政治意图在艺术中所扮演的角色保持清醒认识，勇敢前行。做那些你被驱赶着去做的工作。在这一章的后面你会看到一些关于怎样将艺术与政治相结合的建议。

## 现实理想型

作为一个激进型，你最令人钦佩也最惹人喜爱的品质是你的理想主义。你之所以做这一切，是因为你为这个世界、这个我们将交到我们的孩子和后代手上的世界的现状感到忧伤、震惊甚至是义愤填膺。你热切地相信艺术可以改变它。

然而即使是坚定的激进型也很难不产生一种疑虑，用奥登的话说就是，带有政治意图的艺术是否能成功催生改革。更甚者，其他一些知名作家和艺术家曾在此问题上发表了一些声明。

V. S.奈保尔，在 2001 年诺贝尔获奖感言上声称“小说已死”，只有非小说才能体现我们所处世界的复杂性。（然后他继续写了更多的小说。）

20 世纪 90 年代，讽刺作家唐·德里罗声称恐怖分子已经取代了小说家在文化中的作用。“在不久之前，小说家相信他能够影响到我们对恐怖行为的看法，”他对《纽约时报》说，“今天，那些塑造和影响

人类认知的是恐怖分子。”（然后他继续写了更多的小说。）

乔纳森·弗兰岑同样在《何苦如此》一文中恼于写政治小说的必要性，写道，世界飞速变化，其他形式的艺术和新闻能比小说更好地处理社会问题。（然后他继续写了更多的小说。）

你也许注意到了，尽管这些小说家曾质疑社会意识小说是否有用，但他们还是继续以他们的方式写作。发出这样的感喟不可避免，也很难忍住心中的质疑，但可以确定的是，尽管他们害怕小说的影响力有所削弱，他们依旧相信——他们必须 相信——它的力量。

作为一个激进型，你也要相信艺术具有极大的影响力。然而，激进型要面对的一个最严峻的现实是政治与社会的转变速度之缓慢。你也许在幻想，你写作并演唱的一首反战歌曲能够迅速风靡，让全球成千上万的人听到，激起抗议与示威，让美国总统立刻把所有军队从中东撤回来。

对不起，这是不会发生的。不会因为一首歌就发生。

在我让学生们意识到鲍勃·迪伦在 1963 年发行了反战歌曲《在风中飘荡》和《战争的主人》，但直到十年后美国军队才离开越南时，学生脸上那种沮丧的表情令我心痛。

当有那么多理由去放弃，却很少有理由保持积极心态的时候，激进型该如何保持信念呢？如果难以衡量政治艺术的效果，你该如何保持积极性呢？

你，亲爱的激进型，可以成为被我称为现实理想主义者的那类人——这类人坚持他们的理想，却又实际地知道有一些事艺术无法达成。你可以从这一事实中得到安慰：几个世纪以来，很多社会意识型艺术作品已在社会政治和个人生活上起到显著的作用——需要的只是时间。

听听史学家霍华德·津恩的说法，他是一个典型的现实理想主义者。津恩在《共振》杂志中说道，“艺术也许不是一记重锤，但它会产生一种诗意的影响。”他讲述自己在 20 世纪 80 年代早期的种族隔离时期，身在南非，去约翰内斯堡的市场剧院观看由黑人和白人一起

表演的剧目，这在当时是一个激进的做法。津恩知道一场戏剧不可能终结种族隔离，但是“艺术作品会在一段时间里像风、水侵蚀岩石一样缓慢作用”。即使在数字和社交媒体的时代，这句话也适用。艺术可以改变世界，但这个过程与其说是一种革命（evolutionary），不如说是一种演变（revolutionary）。

名人聚焦：那些产生巨大影响的艺术家们

激进型，如果你曾经失去信心，不再相信艺术能够带来变革，下面有几个艺术家及其产生巨大影响的作品可供你参考。

《被证无罪》是埃里克·詹森和杰西卡·布兰克写的一个备受赞誉的剧本，讲了一个关于六个被错判的死刑犯的真实故事。2002 年 12 月，包括查德·德莱弗斯、丹尼·格洛弗和迈克·法雷尔等在内的明星共同演绎了这出戏，观众包括伊利诺斯州州长乔治·瑞安。瑞安正在决定死刑犯的命运，在看完这出戏的一个月之后，他在临近任期结束前将所有 167 个伊利诺斯州的死刑判决改为终身监禁或更轻的刑罚。

赫伯特·布洛克，一位美国政治漫画家，画了几幅漫画警示美国的孤立主义以及不加入第二次世界大战中的同盟国的危险。一幅名为《你是这个意思吗？》的作品描画了一个男人正在向另一个男人展示一幅世界地图，那个男人手里拿着一个标牌，上面写着“孤立”两个字。地图上，世界上的多数国家被涂成黑色，显示了德国、日本和俄罗斯的国旗。他和其他政治漫画家被认为在鼓动公众意志、赞同美国加入第二次世界大战的事情上产生了一定的影响。

与之相反，在越南战争期间，当反战情绪从反主流文化运动变为一个更主流的潮流时，流行杂志页面里乃至封面上展示战争残酷性的照片加速了军队撤离越南的进程。如果你曾生活在 20 世纪 60 年代前后，你一定会记得美国联合通讯社的摄影师黄功吾那张高辨识度的普利策奖获奖作品：赤裸的孩子们恐惧地在大街上奔跑，逃离一个被南越军队错误地向公民引爆的汽油弹。另外一张可怕的照片则捕捉到了南越国家警察局局长阮玉湾近距离处决一名自由阵线成员阮文敛的瞬间。这张由新闻摄影记者艾迪·亚当斯拍摄的照片被认为比任何录像

片段和印刷品都更能打击这次战争。

## 营销大师型

另外一个现实理想主义的观点是，当意识到只创作政治艺术作品也许无法达成你的目标时，一点营销手段可以影响行为（让人们投票，抗议分裂）或改变法律（比如那些控制枪支的法令）。

听上去太“有策略”，不够“艺术性”？好吧，当你听到那些采用过这种方式的艺术家时，你也许会大为震惊——约翰·列侬就是其中一个。

列侬给人的印象是艺术纯粹主义者。毕竟，还有什么比他那首永不过时、广泛传唱的《想象》更理想主义的呢？还有什么比他的《给和平一个机会》和《圣诞快乐（战争结束了）》这两首都带有一种令人振奋的消息的反战歌曲更乐观的呢？但列侬不仅依靠他的音乐来传递他的信念。为什么这么说呢？

他很熟悉鲍勃·迪伦的反战歌曲，并且理解它们是怎样推动反战运动萌芽的，但它们并没有达成那更远大的、终止美国干涉越南军事的目标。

于是在 1969 年，在战争正处高潮时，列侬和他饱受争议的妻子前卫艺术家小野洋子邀请全球媒体与他们一起在阿姆斯特丹酒店共度蜜月，在那里他们开始“床上请求和平”行动。是的，他们真的让媒体人员围绕在旁，穿着睡衣在床上度过了一天。

他们还发起了一场大规模的公共服务活动。纽约、伦敦、好莱坞、多伦多、巴黎、罗马、柏林、雅典和东京的广告牌都以黑色大字在纯白底色上标识出“战争结束了！”，在下面有一行中号字“只要你想”，底下有一行更小的字“约翰与洋子恭祝圣诞快乐”。极具煽动性的信息也被印刷在海报和传单上，在主流报纸上广泛传播。

列侬无疑希望凭借他的歌曲来打动他人，但他理解宣传工具的这一组合拳的作用。正如他所言：“现在我理解了你应该做什么：通过

一点甜头来传播你的政治理念。”

互联网与社交媒体让艺术与政治理念的组合传播显现出前所未有的效果。2016 年 1 月，街头艺术家班克斯的涂鸦出现在伦敦法国大使馆对面的一面墙上，形象地再现了音乐剧《悲惨世界》中珂赛特被催泪瓦斯包裹住、流泪满面的画面。

这幅画尖锐地指责了法国警察在加莱难民营使用催泪瓦斯的事件，在那里居住着近 5,000 名从叙利亚和利比亚来的难民。警察局否认他们使用过催泪瓦斯，但一条视频证实事实并非如此。班克斯超越了他的一般水准，将珂赛特涂鸦变成了他的第一个互动式作品。在图像下方，他印上了一个二维码，路人可以用他们的智能手机扫描二维码，在线观看这条令人震撼的视频。

当《纽约客》询问是什么吸引了他创作街头艺术时，“我曾经想要拯救世界，”班克斯不无挖苦地说，“但现在我不确定我是否足够喜欢它。”聪明的回答，但他显然足够爱这个世界，所以才一直试图让它变得更好。正如《伦敦泰晤士报》的评论家雷切尔·坎贝尔·约翰斯顿对《每日野兽网》所说的：“所有的艺术都在某种层面上带有政治色彩，但班克斯的反应经常格外迅速。”她补充道，“他将艺术当作武器。”你也能够将艺术当作武器。

## 改弦易辙者

很多艺术家终其一生都保持一种创作型人格，自幼就被同一种动力推动。但对于有些艺术家来说，他们的创作型人格随着他们的改变、他们的世界观扩大或者他们目标的改变而改变。据我的观察，最常见的创作型人格改变是从明星型到激进型。

这很合理。在创作生涯的开端，很多艺术家将注意力集中在引人注目、扬名立万和追求商业成功上。一旦他们获得了成功就开始向外看，考虑怎样才能用自己的艺术作品或平台改变世界。

### 创新推进器

## 增强你艺术的影响力

作为一个激进型，你并不满足于人们仅仅欣赏你优美的旋律或笔触。你想要人们意识到一个紧急的问题，重新思考他们的观点，甚至是采取行动。你该做什么才能强调你作品中的理念呢？你可以围绕它设计一个社交媒体活动。你也许可以与目标相近的非营利性组织合作。针对当地的问题，你也许可以在全市范围内张贴你政治艺术的海报。如果做宣传让你感到不适，记住这不是为了宣传你自己，而是为了宣传你所深深关切的问题。

法国摄影师兼街头艺术家 JR 一开始不是一个激进型，但他显然后来成为了其中一员。他早期那些在巴黎的建筑上涂写个人印记及其他形式的街头艺术，都在大声宣告“我在这儿，我存在着”——显然是一种明星型的特质。

但后来，在他令人印象深刻的 TED 演讲中，他开始意识到蕴藏在街头艺术的可能性，并且发问“艺术能够拯救世界吗？”据此，一位朋友警示他，“也许艺术拯救不了世界，但它能够改变世界。”JR 开始体会到艺术不会直接改变世界，但会触动人们，然后他们会改变世界。这些小小的因素让 JR 投身于影响力巨大（但并非无限）的政治艺术以有所贡献。

从那以后起，他环游全球，运用他独特的镜头和其他力量在世界的各个角落形成影响，尤其是有贫困、战争和虐待妇女等积弊的地区。他在公共区域广贴黑白照片，把街道称为“世界上最大的艺廊”。

有一次，JR 拍摄了在以色列和巴勒斯坦从事相同职业的人，比如护士和出租车司机，并将他们的照片一一对应，大量张贴于那堵将以色列和巴勒斯坦分隔的墙的两面。显然这是向人们发出无言的挑衅：你能区分谁是以色列人谁是巴勒斯坦人吗？比起不同点，我们拥有更多的相同之处。

还有一次，他在肯尼亚基贝拉当地的屋顶上以夸张的方式画上农村妇女的眼睛以示尊敬。他因地制宜将这些照片打印在塑料而非纸

上，很多居民生平第一次拥有了坚实不漏水的屋顶。所有作品的出发点，都是 JR 改变世界的愿望。

还有一个无人不知的歌手——碧昂斯，又称碧女王。碧昂斯的非凡才能毋庸置疑，但从她十几岁的“真命天女”时代里到她单飞的这些年，人们对她的女权主义理念反应不一，有人认为它给予了她力量，有人则质疑她强调身体解放和过于性感的表演旨在吸引和取悦男性。

2016 年，她在超级碗上演唱了《什么造就了我》这首歌，当时正好是黑人历史月，几个月后她又发布了专辑《柠檬水》和长达一小时的配套音乐电影。一个激进型就此宣告诞生。

《什么造就了我》是一首大胆的黑人赞歌，控诉了警察的暴力执法，在非裔中的影响无异于一场卡特里娜飓风。我觉得这种影响力在超级碗史上可谓空前绝后。此外，虽然《柠檬水》是一个伤情故事，毫不掩饰地表露了对亦真亦假的婚内出轨的愤怒和对恒久爱情的热切盼望，但同样也是一次对黑人女性和“黑人女孩的魔力”的颂扬。其中最令人印象深刻的一个场景，是碧昂斯坐在新奥尔良警车上缓慢没入水中，闪过许多关于黑人的画面——多数是女性的身体、头发和眼睛。用这种明星型兼激进型的形式，碧昂斯不仅用她超级明星的身份表达了自己的信念，同时也为那些急需发声的人争取话语权，比如被虐待、不被重视的女性以及手无寸铁地死于警察之手的非裔美国人的母亲。

如果后来转变成激进型，不要觉得你必须完全丢弃你的明星型特质。JR 和碧昂斯显然没有！反之，如果你利用好自己渴望唤起注意的愿望，并将这种注意力集中在一个你所关注的事情上，你将会取得极大的成就。

## 激进型的优势

### 乐于挑衅

成为一个激进型需要胆识，创新的风险通常会让你越界。但这里有个有趣的悖论：这条界限对每个人来说都不一样，你怎么才能知道你是否跨过了它呢？

那些有政治头脑、敢于处理棘手的问题、并勇于接受各种回应的喜剧演员就面临这样的问题。理查德·普赖尔、兰尼·布鲁斯、乔治·卡林、罗西尼、比尔·马赫、大卫·查普尔、萨拉·丝沃曼、路易·C·K、艾米·舒默——他们都以自己独特的方式践踏了这条线，把这条线推向目不可及的远方，让它再也无法成为障碍。

在《演员工作室内幕》的某一期里，大卫·查普尔谈到了从事煽动性喜剧的难点在于它注定会让观众不高兴。他回忆起在德克萨斯州喜剧中心，一个观众喊了近百次“糟透了”，因为查普尔的滑稽短剧令他万分恼火，而这部短剧被查普尔看作是《查普尔秀》的任务宣言及使命。这个短剧围绕人物克莱顿·比格斯比展开，一个认为自己是白人的盲眼黑人男性而且——妙的是——是一个种族歧视分子，大声呼喊着黑人的蔑称和其他种族歧视词汇，和白人至上主义者厮混……直到有一天他发现真相。

查普尔坚称他并未因此人的无理行为而恼火。他认为他的批评也许是对的，但他认为必须要把自己看到的东西说出来。然后他说了一些似乎可以被总结为激进型宗旨的话：“我爱的那些人有时会告诉我，我走得太远了。有时我确实走得太远了，但我做都已经做了……再说唯一能知道界限在哪的方式是跨越它，如果没有人跨越这道界限呢？你只是不想犯错误。有时未来要比当下更重要，真理是永恒的，其他一切都是徒劳。”

艾米·舒默因为“走得太远”而面临了类似的压制。在《艾米·舒默的内心世界》里，她恶搞《胜利之光》。随后她在翠贝卡电影节上承认，用强奸来开玩笑“总是有风险的”，舒默说，“你看这个场景的时候，也许会觉得我们在试图把一件严肃的事情轻描淡写，但事实上我们在尝试教育人们。”

在你的艺术领域里有哪些限制？你是否曾经冒着可能引起读者或观众的抨击甚至是愤怒（和网络口水战）的风险触犯过它，即使只是

轻轻地来那么一下？如果你这样做了，你就是个激进型！

## 合二为一

好吧，激进型，你想把政治植入你的艺术中（即使你并没有把自己看作是一个激进型）。我相信对你而言，主要的挑战在于“将政治意图与艺术追求合二为一”，正如奥威尔形容的那样。

这与作家里克·穆迪对写作目标的形容不谋而合。他写道：“我总是试图在作品中凸显政治立场，但我并不希望套用既定的形式，这在审美上实在太无趣……也太突兀了。我相信审美与政治二者可以携手并进。”

但达到这样的平衡极具挑战，它通常需要一定的妥协，比如不能太露骨，要隐晦；不能太直接，要以大家都心领神会的方式；不能太另类，要符合主流。并非每一个艺术家都想——或应该——走这条路。但如果你的目标不仅是推广你的观点，还想说服观众，或至少让他们包容其他想法，你就需要权衡这些牺牲与你的远大目标之间的关系。

此外还要注意不要信息过载。我们中的大多数人都曾一边看戏或电影，一边想着“大哥！够了！我懂了！”这就意味着激进型写了一些生硬的布道内容或者没有将艺术与政治很好地融合。你必须相信，你的受众能够理解你的潜台词——在你庞大的故事体系中所包含的微妙信息。

## 身体力行

如果你是一个激进型，没有人会要求你通过某个道德指数的测试，但人们确实期待你的人生与你在作品中支持的价值观相符。

自我培育课
进行一次顺利的融合

激进型，我绝不会是要你收敛烈性子。但如果你的目标是将艺术与政治融为一体，你可以躬身自省，浏览以下问题，以确保作品不会信息过载：我的小说、剧本或电视节目里的主人公是不是经常发表演说而非正常交谈？我是否在作品中加入了太多的标语和口号，因为担心如不这样，观众将无法理解我要表达的东西？我是否窜改了我的纪实电影以让“好人”看上去完美、“坏人”看上去邪恶？回答完这些问题，你会更清晰知道该怎样达成你的目标。

这是其他创作型人格无需应对的压力。没人期望巴勃罗·毕加索是一个女权分子或弗兰克·劳埃德·赖特是个亲切、谦逊的人。但是，作为一个激进型，如果你要唱一首歌颂和平的歌，最好不要被人拍到你正在对他人拳脚相向；如果你要设计一个宣传环保的装置艺术，你一定要对你的瓶瓶罐罐做好回收工作！

对大多人来说这并不难，毕竟激进型的艺术根源于他们热切的信仰。事实上，一些激进型的艺术作品与他们生活的关系达到了密切得无法分割的地步。他们不仅通过写作和艺术来满足他们的政治热情，他们更直接投身于自己信仰的事业中。换句话说，他们做到了身体力行。

莎拉·凯就是这种激进型。当我的一名学生在课堂上展示一段凯表演她那首《如果我有一个女儿》的视频时，我第一次认识到了口语诗的力量。这种语言、情感和那种一个未来的母亲愿意倾尽全力鼓舞和保护女儿的热情全然流露了出来。视频广泛传播之后，凯决定发起一个名叫“声音”的项目，一个以口语诗来“娱乐、教育和鼓舞”的组织。“声音”的成员们访问学校、现场表演并举办交流会帮助学生们建立信心、创作自己的故事。

另外一个做到身体力行的艺术家是剧作家伊芙·恩斯勒。她的剧作《阴道独白》和她个人遭受性虐待的经历，激励她创立了“V 之日”，一个致力于消除针对女性的暴行的组织。每年，关于这部作品的周边活动在全国展开，筹集了超过 1 亿美元，“V 之日”用这笔钱来资助重启女性避难所，发布公共服务宣言，资助了上千个安全之家和全世界

范围的反暴力行动。

恩斯勒模糊了艺术与行动主义之间的界限，他相信我们做的任何事都与政治相关。她在哈佛大学肯尼迪学院的政策播客中说：“如果你选择创作一个剧本让人们不再关注目前的问题，这是一个政治决定；如果你选择创作一个剧本让人们参与到我们这个时代的问题中来，这也是一个政治决定。”无论在艺术还是在生活中，恩斯勒的选择都相当明确。

## 写给激进型的警世恒言

一个优秀的激进型很少感到沮丧。你对于某个问题的热情在创作中是一个强有力的推动力。让我们看看你将面临的一些挑战以及你可以改善的一些特质，以便政治引导而不是主导你的艺术。

### 创新推进器
### 认识你的恐惧

激进型想要改变世界，在达到目的前绝不止步。然而他们也知道自己会面临很多障碍，前方的路万分可怕。克服或至少与你的恐惧和解的方式首先是认识它们。激进型常见的一些恐惧如下：

- 担心艺术不是一件强有力的变革武器；
- 他人期待你一直创作政治导向型艺术；
- 你的政治理念盖过了你的艺术性；
- 因为观点不受欢迎而失去粉丝的拥护；
- 可能遭受审查、抵制甚至暴力伤害。

看看哪些恐惧事项与你相吻合，再添加三种到你的清单里去。然后，试着针对每一项回答“我能怎么做？”比如，假设你最担心因

为你在某个问题上采取了一种不受欢迎的观点而失去粉丝的拥护，你要认识到，你每失去一个粉丝，也许就会增长一个粉丝。又或者在失去粉丝的同时你会感到如释重负，因为你终于可以自由地表达自己。对其他恐惧事项也这样演练一下，看你的恐惧是否会有所减轻。

## 独当一面

假设你的激进型的声名在外，不畏直面棘手的课题——换做其他人也许会回避的课题或假装这些问题并不存在。当他人期待 你一直保持政治性、成为某个特定群体或某个问题的代言人时，你会怎么做？这些情况曾发生在一些艺术家身上，你也许同样会避之不及。

詹姆斯·鲍德温感性地叙述了自己的经历，他的主人公要么是 20 世纪中叶的美国黑人，要么是同性恋，又或者两者都是。他感到必须写出这类人的苦难，事实上，他的作品也被看作公民权利运动的先驱。但一开始的这种个人化、艺术性的选择让他背负了某种期待。鲍德温在一次采访中说道：“我曾加入过公民权利运动，我曾见过马丁·路德·金、马尔科姆·艾克斯、迈德加·埃夫斯和其他人，我在其中扮演着某种特定角色。我不认为自己是一个发声者或代言人，但我知道我可以从中收获一个入得了编辑法眼的题材。一旦意识到你自己的能力，你就很难置身事外了。”然而鲍德温仍然拒绝被贴上“同性恋作家”或“黑人作家”的标签。他只想人们把他看成一个作家，仅此而已。

数十年后，制片人斯派克·李遇上了同样的问题。我觉得他 1989 年的电影《为所应为》是所有艺术领域中将政治主张与艺术媒介相融合的最佳范本之一。在种族歧视与分配不均的大环境下，李的人物是如此可爱，他们有自己的缺陷，是纽约这个大熔炉集光彩照人与一塌糊涂于一身的复杂写照，每个观众离开电影院时抱有不同的观点。

和前辈鲍德温一样，李追求艺术自由，拒绝接受强制的要求。正如他在《大西洋月刊》中所言：“我被摆到了这样的位置——我必须谈论种族，必须代表 4,500 万非裔美国人。”他不想要这种压力或曰

责任，这同样限制了他的自由。

不可否认，被视为某事件的代言人是一种荣耀。它意味着你确实对人们产生了影响，他们将你视为领导者。但没有什么比出于义务而非自主选择的创作更扫兴的了。因此，当你发现自己处于这种境地时（即使你的影响范围与鲍德温或李相比不值一提），请坚持创作你感兴趣的艺术，而不仅是别人希望你这样做。

## 快速反应

不时会发生一个极具毁灭性的意外事件，饶是反应敏捷的激进型也会被它打个措手不及。尤其是“9·11 事件”这一悲剧，它似乎让每个人，包括激进型都吓傻了，不知道该说些什么和做些什么。多数艺术家选择避而不谈，没有迅速对此发声。

有一些引人注目的反例：2001 年 10 月 20 日，文艺界举办了纽约音乐会进行慈善捐款，感谢那些第一时间对事件作出反应的人，并纪念在袭击中丧生的人们。表演者有保罗·麦卡特尼、谁人乐队、比利·乔、杰瑞·宋飞、大卫·鲍伊、埃尔顿·约翰等，亚当·桑德勒扮演的“歌剧男”给人们留下了深刻印象。现场直播持续了 5 小时，共筹得 3,500 万美元善款。

另一个快速反应的例子是布鲁斯·斯普林斯汀发行于 2002 年 7 月的专辑《扶摇直上》。“阿什伯公园新闻”在网站上公布了这样一则故事：在世贸中心受袭击之后，一名驱车的男子在这位摇滚天王身边停下，摇下窗户说“我们现在需要你”。斯普林斯汀意识到这个男人是对的，于是开始工作。然而，这一事件并没有催生太多商业作品。实际情况恰好相反，你也许还有印象，因为这次袭击，很多电影和电视节目都被延期、改编甚至取消了；多部电影因为其中有关于恐怖主义或其他暴力行为的内容而导致发行期被延后；2001—2002 季的电视剧被停播，原先被定于九月中旬的首播季被推迟到当月底；一些深夜脱口秀被停播休整了几天以便喜剧主持人尝试找到合适的方式回应该事件；第 53 届黄金时间艾美奖，原定于在 9 月 11 号的五天后举行，因该事件被延迟了几个星期，然后为了避免与美国在阿富汗的轰炸行

动撞期，又延迟了一个月。此类情况不胜枚举。

在紧张的氛围下，激进型们在制作与“9·11 事件”相关的电影、歌曲或戏剧时未免有所顾忌。他们会不会看起来极端爱国主义或丝毫不爱国？他们会不会被理解成利用悲剧牟利？一个艺术家该怎样解读一个代表了如此多地缘政治历史和冲突的悲剧？而且，在人们连对他们是疯子、宗教狂热分子、一个反对美国在中东的国外政策的独立政治团体还是奥萨马·本·拉登的信徒都没有形成统一意见时，艺术该怎样描述袭击者呢？

最重要的是，他们该说什么，最佳的艺术表现手法是什么？最终，一些著名作家——尽管不是很多——克服重重顾虑开始创作直接或非直接描述“9·11 事件”的小说，其中包括伊恩·麦克尤恩的《星期六》和乔纳森·萨福兰·弗尔的《特别响,非常近》（后者在“9·11 事件”发生的十年后被制作成一部电影）。但这些作品收到的反馈并不都是正面的。劳拉·米勒，《沙龙》的书评人在 2011 年——“9·11 事件”十周年时写道：“即使其中最优秀的几部作品也不过是在左顾而言他。”她为什么这么说呢？“这些作品都在探讨意义，而那天的恐怖事件恰恰走向了意义的反面。在这些作品看来，‘9·11 事件’是毫无意义的。”电影人也面临着同样的困境。

另外一个困扰着作家和艺术家的挑战是：电视新闻里不断循环播放大楼倒下的画面，在我们脑海中留下了不可磨灭的印象，艺术怎样才能与这个画面“竞争”呢？

当你感到一项任务万分艰巨或毫无意义，我给你的建议是：在你不得不回应的时候，用一种“非如此不可”的方式去应对它。不要受到恐吓、审查及时间不足的影响。以你认为最有意义的方式、以你最擅长的方式来解读这件事，你会知道你的做法是正确的。

## 以你的艺术或生命来冒险

来吧，激进型，是时候严肃起来了。正如你所看到的，在艺术上冒险需要胆识，这不仅因为你也许会触犯甚至失去一些观众。纵观全

球的激进型历史，迄今为止那些面对艰难险阻仍勇往直前的灵魂，有的背负着身败名裂的压力，有的失去了经济收入，还有的被监禁、流放、殴打甚至受到死亡威胁，更不用说在社交媒体上成为众多种族歧视分子和反女权分子的众矢之的。

我不是想吓唬你，让你远离激进型艺术。但认识到你所处的被杰出艺术家的光辉照亮的艺术史是很重要的，他们用作品甚至是自由或生命本身来冒险。

这里有一些英勇战斗的艺术家的例子，多数发生在 20 或 21 世纪（在其他时代也有很多）。尽管面对无数艰难险阻，你总能看到一丝光明：多数时候，严酷的考验赋予了这些艺术家更高的知名度与成就。

名人聚焦：艺术家中的孤胆英雄

遭受压迫、禁止或被加入黑名单的

- 1939 年，比莉·哈乐黛录制了专辑《奇怪的果实》。这个“果实”是隐喻那些被处以私刑、尸体被挂在树上的黑人——如果这幅画面呈现在你面前，那将产生可怕的力量。她所属的哥伦比亚唱片公司禁止她在他们的录音棚里录制这张专辑，但中止了合同好让她可以另外借用一个独立厂牌发行。尽管美国好些电台拒绝播放它，但还是能在其中一些电台听到这首歌。这首歌在 1939 年卖出了 100 万张，成为哈乐黛最畅销的作品。为了增强哈乐黛表演的戏剧性，在她在格林威治村的咖啡公社每场演出的尾声，服务生会提前停止一切服务，哈乐黛闭上眼睛，仿佛沉浸在祈祷中，灯光全部熄灭，也不允许有任何的喝彩声，只留哈乐黛脸上那盏聚光灯。《奇怪的果实》赢得了很多奖项与认可，《时代》杂志也将它评选为“世纪之歌”。
- 1947 年，美国人的反共产主义思潮空前猖獗，十位杰出的导演和编剧勇敢地站了出来，对一项由 HUAC（众议院非美活

动调查委员会）发起、参议员约瑟夫·麦卡锡主导、针对好莱坞的所谓共产主义调查表示反对。这些被称为“好莱坞十人组”的勇士被打入黑名单——被判监禁或被禁止供职于主流工作室。令人欣慰的是，后来人们制作了一些纪念好莱坞十人组的影片以提醒观众不忘这段黑暗的历史，影片包括《正面交锋》《晚安，好运》和《特朗勃》。

- 2003 年，在伊拉克战争期间，“南方小鸡”的主唱娜塔莉·迈恩斯在伦敦演唱会中对听众说自己“因与美国总统同是德克萨斯州人而感到可耻”，矛头直指当时的总统乔治·W·布什。结果，官方禁止了南方小鸡的歌曲在 262 个广播站的播出，单曲《旅行的士兵》的播放率下滑 15%，这支乐队也由乡村单曲排行榜上跌至榜单之外。
- 2012 年，视频网站“Youtube”以内容暴力为由封禁了英国女说唱歌手 M. I. A 的《生来自由》的音乐视频。M. I. A 制作这个视频的初衷是抨击斯里兰卡军队对泰米尔人的驱逐与屠杀——后者是一个斯里兰卡种族。但星星之火可以燎原，“Youtube”的封禁反而加速这首歌的传播，其背后的政治意图也为人知晓。

被下架

- 站在舆论风口浪尖的麦当娜在 1989 年发行了单曲《像个祈祷者》及其配套视频。尽管这首歌得以在音乐电视网播出，它也同时极具争议。宗教团体因视频中有焚烧十字架的画面以及以性事亵渎圣像而高举反对的大旗。结果是，百事公司终止了一个与麦当娜事先签订的巨额合同——但这位流行歌手仍可获得 500 万美元的入账。甚至教皇约翰·保罗二世也加入论战，鼓励天主教徒抵制她的演出。毋庸置疑，这些努力起到了反作用，那一年，这支视频赢得了 MTV 视频音乐奖的“观众选择奖”。
- 2001 年 9 月 17 日，在“9·11 事件”发生后的那个星期，比尔·

马赫在他名副其实的《政治错误》脱口秀上驳斥布什总统认为恐怖分子都是胆小鬼的主张，说道：“我们这些从 2,000 英里外发射巡航导弹的人才是胆小鬼，这是胆小之举。在飞机撞向大楼时选择待在飞机上并表达出自己的诉求，这可不是胆小之举。”结果是，包括希尔斯百货、联邦快递在内的合作赞助商撤回了他们在节目中的广告。第二年，美国广播公司决定停止续签与马赫的合同。尽管公司不承认其决定与论战有关，但马赫与其他人并不相信这一说辞。

被拘捕、监禁或殴打

- 爱尔兰的同性恋作家兼诗人奥斯卡·王尔德，代表作为《不可儿戏》（The Importance of Being Earnest）。他于 1895 年因鸡奸与严重猥亵罪被监禁。一经释放，深受破产和健康状况困扰的他离开了英国去往巴黎，随即宣布封笔。“我还能写作，但已经体验不到写作的乐趣。”1900 年去世时他这样说道。
- 1961 年至 1964 年间，喜剧演员兰尼·布鲁斯因猥亵罪被拘捕了四次。第一次是在他旧金山的爵士交流会的表演中使用了一个侮辱性的、关于男性器官的名词；第二次是因为用了“蠢货”这个词；第三次和第四次被捕则都发生在 1964 年格林威治村的“咖啡馆俱乐部”，卧底们声称他在一次表演中使用了 100 余次的淫秽词汇。2003 年，纽约州长乔治·帕塔奇在布鲁斯死后免除了他后两次的刑罚。

避难或被流放

- 1898 年 1 月 13 日，当法国作家爱弥尔·左拉的《我控诉》一信发表在巴黎的日报《震旦报》头版上时，他的写作生涯和自由都岌岌可危。这封信将矛头直指当时的法国总统菲利克斯·福尔和军队最高将领，控诉反犹太主义和阿尔弗雷德·德雷福斯非法监禁事件背后的司法腐败——后者是法国军中的一

名犹太炮兵队长，被指涉嫌间谍活动。左拉被指控诽谤，逃离法国前往英国以躲牢狱之灾。但，在政府倒台后，德雷福斯被免于指控，准许回国。左拉说："真相正在向我们走来，什么也阻止不了它。"在左拉文章发表的百年纪念日中，法国罗马天主教日报《十字架》为它在德雷福斯事件中的反犹太主义社论致歉。

受到死亡威胁（也可能是被暗杀）

- 智利诗人巴勃罗·聂鲁达曾获诺贝尔奖。他也是一名共产主义者，这成为他后期作品的主要方向。20 世纪 40 年代后期，在他公开反对当时的智利总统加布里埃尔·冈萨雷斯·威德拉后，总统发出了逮捕聂鲁达的指令。聂鲁达和他的家人逃离故土长达 5 年之久。在近 20 年后，智利共产党提名他竞选总统，但他却反过来支持社会党的候选人萨尔瓦多·阿连德。后者最终当选并任命聂鲁达为驻法大使。然后，阿连德于 1973 年拒绝向发动政变的右翼势力投降，以自杀明志，奥古斯都·皮诺切特将军虢夺了这个国家的控制权。问题来了：聂鲁达在几天后猝死，死因成谜。2015 年，智利政府发布了一个文件，声明很有可能是皮诺切特政权谋杀了聂鲁达！
- 1988 年，在萨尔曼·拉什迪的第四本小说《撒旦诗篇》出版后，爆发了"拉什迪事件"。这部小说的灵感部分源于先知穆罕默德的事迹，一些穆斯林认为这是对先知的恶意诋毁。第二年，伊朗的阿亚图拉① 霍梅尼发布了一项法特瓦② （指令），命令穆斯林杀了拉什迪。拉什迪侥幸逃脱后，因这本争议性小说遭到了无数次蓄意谋杀和炸弹危机。尽管伊朗政府于 1998 年正式撤回了它，法特瓦仍与这本书一样持续保持效力。英国作家哈尼夫·库雷西在《卫报》中称这个法特瓦为"战后文学史上的头等大事"。

亲爱的激进型，我希望你永远也不会陷入以上这些险境中。你仍然选择把你的见解通过你的艺术表达出来，这是一个高尚的追求，这

个世界将因此而变成一个更美好的地方。

随身锦囊

如果你是一个激进型或带有某些激进型特征，你会火力十足、时刻准备行动！创作是你宣传自己的强烈意见，带着拯救或至少是改变这个世界的意图去影响他人的途径。你怎样才能最大限度地发挥你的创造力和理想主义，同时又让你的行为和艺术拥有少量的现实性呢？

- 大胆地通过你的艺术改变世界。在一开始时，如果你关心的事件并未得到人们的响应，别沮丧，他们总有一天会理解你的。
- 记住，不是所有作品都必须带有政治意图。这个世界也需要纯粹的娱乐和美感。
- 带有政治意图的艺术首先是艺术，不要载入过多信息以至于破坏了它的艺术性或吓走了你原先想要吸引的人。
- 如果你正在处理一个迫在眉睫的问题，不妨考虑运用推广、社交媒体或直接的行动去让你的艺术释放更强大的能量。单靠艺术，也许无法达成这一使命。
- 你可以运用你的创造力代表你所在的团体，但别让自己的作品因此受到局限。
- 以你自己的方式响应你所处时代的本地或国际性事件。
- 清醒认识到创作政治艺术的风险，但不要被他们吓破胆。

继续英勇战斗吧！

① 阿亚图拉：对伊朗等国伊斯兰教什叶派领袖的尊称

② 法特瓦：伊斯兰宗教领袖发出的正式指令

# 总　结
# 写给所有的创作型人格
# *Conclusion*

创造力就是一场智力游戏。

——阿尔伯特·爱因斯坦

既然你已经大胆探知了每一种创作型人格代表人物的内心，你对自己的艺术个性有什么看法呢？你是一个渴望占领舞台中央的明星型，一个试图让你的作品趋于完美的工匠型，一个想要创作开创性艺术的先锋型，一个渴望在你的生活中创造意义、在此过程中帮助他人的感知型，还是一个决定通过艺术改变世界的激进型？抑或是每个类型都有一点？

不管你是哪一类，了解并不断提醒自己你的创作动因是什么，都能对你产生极大的帮助——尤其是在令人沮丧的时刻（我们都经历过），当你似乎不可能有所突破、处理某个格外棘手的作品或试图重燃你的创意之火的时刻。

尽管每一种创作型人格都有自己的独特属性，但有些特征是通用的，适用于任何艺术家，了解这些特征也十分重要。因此，现在，我们来做一些特别的事，我将向你展示一些能作用于所有艺术个性的创作者的创作动因，看看哪些能让你产生共鸣！

## 向你爱或欣赏的人致敬

很多艺术家和作家都会被在他们之前、为他们铺平道路——甚至让他们的存在本身成为可能——的人所触动。也许你是一个想用自己的创造力来回报感激之情的人。

比如我就可以回想到我的母亲在晚餐后坐在我们上个世纪 70 年代风的厨房里（闪亮的、印有大花的橙黄两色相间的墙纸，金褐色的油毡地面，胶木桌子，对了，还有一台家用座机）与她的闺蜜们闲聊。她把电话听筒夹在她的脖子下面，有时左手会拿一根香烟，右手在一摞纸上涂鸦，通常会画点几何图案。我母亲从来不认为自己是一个艺术家，她在我 17 岁时就去世了，因此也无法见证我后来的写作生涯。但是，请不要误以为她的画只是信手涂鸦。我相信我的母亲想以创作表达自我，使情绪得以宣泄。

虽然我的父母没有寻求正规的创作途径，但他们都很高兴我能够写作、画画、弹钢琴（虽然弹得很差）和弹吉他（只能说还行）。我和我的妹妹在长岛的地下室为他们的 25 周年纪念日举办了一场惊喜派对，当时我是怎样把他们带到楼下来的呢？（客人们预先偷偷溜了进来，在地下室耐心等候）我告诉他们，我完成了一幅让我激动万分的新画。他们走下楼来，为了快一点看到这幅画，还差点绊倒对方——然后发现了我们准备的惊喜派对。对于他们的热情，我并不感到意外，它反映的是无数没有机会追求自己的艺术梦想的父母寄托于下一代的殷切希望。因此，在我写作这本书的时候，一直希望向我的父母致敬。一些著名的创作者也同样有这种心理。

导演史蒂芬·斯皮尔伯格曾特别注明献给“最伟大的一代人”，尤其是在第二次世界大战中战斗过或在大屠杀中幸存下来的人。

如果你曾看过斯皮尔伯格《拯救大兵瑞恩》的开场，我想你也会有这样的想法——这可能是所有电影中最扣人心弦、最令人揪心也是最撕心裂肺的战争写照。以我为例，我第一次看它的时候就哭了。你仿佛亲临其境，蹚水而过后和成千上万稚气未脱的美国士兵一起在诺曼底登陆。子弹来势汹汹，从你的身边掠过；战友的手臂被炸飞了，他把它拿回来，天真地相信可以把它缝合回去；另一边还有人在痛苦地呻吟。枪声震耳欲聋，你仿佛在一个满是泥土、血与呕吐物的地狱

里面对一个看不见的敌人，他在悬崖上的某个地方，向你和周围的每一个人肆意喷射子弹。

斯皮尔伯格尽可能精准地捕捉战斗者的心理活动与深切恐惧，他将之视为自己的使命。正如斯皮尔伯格对影评家罗伯特·艾伯特所说的那样，“我想让观众和我一起来到舞台上，和从未在现实生活中看见过战斗的孩子们一起登上奥马哈海滩的巅峰。”

那么，他制作电影的动因是什么呢？斯皮尔伯格说：“我今年 51 岁，我的父亲 81 岁。他曾在缅甸战斗过，我想向他参与过的战争致敬，而不是把它当作一个大型动作冒险影片的时代背景。”

艾丽斯·沃克是普利策奖获奖作品《紫色》的作者，写过《寻找母亲的花园》一文。在文章中，她向在她之前的黑人妇女致敬。奴役与持续的压迫扼杀了这些妇女的创作天赋，她们只能以匿名的方式表达自我或从事诸如园艺和编织这类不被认为是艺术范畴的创作。

20 世纪 70 年代的沃克已经是一个成功的非裔美国活动家、女权主义者兼作家。她也有困难，但她所面临的问题与这些被压迫的女性不太一样。在她的笔下，她们是这样的：“我们的母亲与祖母是创意之火的传递者，在她们眼中，那是永不开花的种子，是一个不可启封的信件。”

沃克希望我们知道，她们中有很多人采用种种方式实现了自我表达，即使她们的名字从来没有出现在作品上。她同样驳斥了一种势利的观点，即认为悬挂在大都会艺术博物馆的油画比她母亲培育出的、在沃克的故乡佐治亚州广受赞誉的漂亮花园更具价值。

她将她的母亲看作是一个真正的艺术家，写道：“我注意到只有当我的母亲在侍弄她的花的时候，她才真正的光彩夺目，让人无法逼视——她用以创作的手和眼被无限放大。她正在做她必须要做的事，以她个人的美学概念来整饬整个宇宙。”

在你的生活中，谁能让你以创作的方式来进行自我表达。你想要感谢谁对你的创作梦想作出过支持和鼓励，即使是间接地？

# 包容未知事物

创造力是一个神秘之物，无法被完全理解。你应该拥抱这种神秘感，知道你的创造力之源是难以捉摸、无法准确描述的。在你的生活中拥有一种神奇的力量，这种力量靠哲学、心理学甚至科学也无法完全解释，这难道不是一件美妙的事吗？它也许是一种潜意识，也许是一种能够触发你无限创造力的媒介——谁知道呢？不管它是什么，它都在以自己的节奏完成自己的使命，既然你无法控制，就任它发挥吧。

在《关于写作：一只鸟接着一只鸟》中，安妮·拉默特陈述了艺术家想要主导创作过程的企图，写道：“你的潜意识在你横加干涉的情况下是无法运转的。你一直在催促‘你完事了吗？你完事了吗？’但它会尽可能和善地告诉你，‘闭上你的嘴巴滚蛋吧。’”

这个事实令人沮丧，尤其是当你距离截稿日期只有两小时，想依赖你的潜意识来创作出很棒的作品时。在你放飞潜意识的时候，你也许很难向其他人解释，当你目光放空或趴在桌子上（在小憩时获取灵感）时究竟在干什么。

已故电影人迈克·尼科尔斯的观点也许能给你一些安慰。当他在制作一部电影时，“穿西装的人”会来到编剧所在的地方，质问他们为什么无所事事。尼古拉斯则会站在“西装人”的角度向他们解释，无论看上去如何，编剧都在做着自己的工作：写作。

保罗·麦卡特尼有一次著名的潜意识运作体验，成就了历史上的经典之作——《昨天》。故事是这样的，他醒来时发现脑子里有一段旋律，于是匆忙跑到床边的钢琴前弹奏出来并加以完善。在自传《保罗·麦卡特尼：一生》中，麦卡特尼表示，他担心自己是不小心从别人那里获取了这段旋律，于是他给很多朋友打了电话，为他们弹奏了这支曲子。他回忆说：“人们对我说：‘不，它很美，我相信它是属于你的。’我过了一段时间才敢宣称这是我的作品，像一个勘探者一样，鼓起勇气在上面留了一个专属于自己的标志，说：‘这是我的作品！’”有

趣的是，麦卡特尼完成作曲后尚缺歌词，于是他使用“炒蛋”① 当作一个占位符，直到他想出一个绝妙的三音节词——“昨天”② 。

创作歌手詹姆斯·泰勒认为他不能将脑海内闪现的、自己没有主动参与的歌曲完全视为自己的作品。我爱他在美国公共广播公司《民谣歌手》节目中的说法：“与其说是我写出了这些歌曲，不如说是我第一个听见了它们。”

关于这种神秘力量，有一个著名的故事。一天，当 J. K.罗琳在等待一辆晚点了很久的火车时，《哈利·波特》的主人公和情节几乎全部涌现在她的脑海中。在哈佛大学毕业典礼上描述这个时刻时，她说：“我从六岁起就一直在写作，但我之前从来没有像那样为一个点子而欣喜若狂过。遗憾的是，我没有带上一只能用的笔，也羞于向他人借用。我现在想，这也许是一件好事，因为我就空坐在那里，想了四个小时（因为火车晚点），构思出了所有的细节，这个瘦弱、黑头发、戴眼镜、不知道自己是一名巫师的男孩在我眼前越来越具体。”

以我的个人经验，当我写一篇新闻或在线杂志专栏时，最满足的时刻就是我在截稿那天的早上焦急地醒来，发现它几乎已经在我的大脑中成型，在某种程度上只需要转录出来。感谢你，潜意识！我打赌你也有过这样的经历，这时你唯一能做的就是像接收礼物一样有礼貌地接受这些文字、旋律或画面，因为它本身就是一件礼物。

### 创新推进器
### 早上的第一件事就是捕捉灵感

这是一个非常简单却又大有裨益的动作。当你在早上睁开眼睛的时候，拿出你的手机——但不是查看邮件或登录社交网站。或者，你可以传统一点，在床边放一本日记。书写、输入或口述一些关于你正在从事的创意项目或新项目的灵感。不要像我一样，错误地以为自己之后能清晰记得那个短篇故事的开场白或关于专辑的灵感。它在你踏上地板、开始新的一天的那一刻起就永远消失了。所以，多花一小段时间，捕捉一下你梦中的创意产物吧。

同理，一些艺术家和作家不仅相信潜意识的潜能，而且相信冥想有助于打开创造性思维。电影人大卫·林奇，从 20 世纪 70 年代起就开始每日两次地开展超觉冥想（Transcendental Meditation），也是它的支持者。他说这能够让他到达纯粹的潜意识。在他的《钓大鱼：冥想，意识与创造力》一书中，他将这一过程比喻为潜入一个广袤的深海中，在那里，你能抓到的不是鱼类而是灵感。

作家玛丽·卡尔同样称赞了冥想的好处，在《回忆的艺术》中，她对志向远大的作家提出了这样一个建议："只要把你的屁股坐在凳子上（有一位智者曾说，这是成为作家的唯一要求）坐上 15 到 20 分钟，尝试把你的注意力放逐到你的大脑之外，放到你的胸部、太阳穴或更广阔的地方——这样你就不会感受到自我、惊吓或恐惧。放开你对大脑的束缚。"

## 你是天才之料吗？

任何创意领域都问过这个问题：天才是天生的还是后天的？正如你所看到的，答案在几个世纪的时间里不断变化，通常随着社会对人类潜能的看法而改变，没有任何确切的定义。

作家伊丽莎白·吉尔伯特在她精彩的 TED 演讲《难以捉摸的创作天赋》里追溯到古希腊和古罗马人,他们相信神灵被"分配"给特定的艺术家，帮助他们抵达更伟大的高度。换句话说，一个人的天赋可能会得到一个外界的、看不见的存在的帮助，吉尔伯特幽默地称之为"多比"——《哈利波特》系列中的家庭小精灵。几个世纪后的文艺复兴时期，艺术家成为时代的前沿和中心，并提出了这样一个信念：米开朗琪罗或达·芬奇天生就是天才，而非后天养成。（由此产生了明星型是天选之才的信念。）

吉尔伯特指出了一个关于天才标签的陷阱——更糟糕的是，明明只是凡人却自认为是天才。她把 20 世纪众多伟大艺术家的早逝归咎于对天才的迷信与最终的失望，这些艺术家通常死于吸毒、酗酒或自

杀。就我而言，我从未被误认为是一个天才，但我想象了一下，被认为不世出的天才能够让一个人的自尊心得到极大的满足，此后，你就必须继续证明自己是个名副其实的天才，这种压力最终会令人筋疲力尽、信心受挫。所有创作者都要警惕这个陷阱。

几个世纪以来，一些公认的天才艺术家并不愿意接受人们那种认为他们生来就天赋异禀的假设。相反，他们想让每个人都知道，他们一直像工匠型一样，不断练习，追求完美。

米开朗琪罗，那位绘制了西斯廷教堂穹顶画、雕刻出标志性雕塑大卫的文艺复兴艺术家，对围绕着他的天才名声并不完全买账，坚持说："如果人们知道我为了达到今天的才能而付出了怎样的努力，就不会觉得有什么稀奇了。"

三个世纪后，莫扎特也同样因为人们的认知而感到不悦。他曾写信给父亲："那些认为我随手就能写出一曲杰作的人犯了一个很大的错误。我花费在作曲上的时间和精力比任何人都多。"

大卫·申克，《天才的基因》一书的作者，认为即使是所谓的神童也会随着时间的发展而不断进步。当然，莫扎特在 11—16 岁期间写了 7 首钢琴协奏曲（谁没写过呢？），但他第一支奠定了他在乐坛的地位的作品《第 29 号交响曲》是在这十年后才谱就的。几十年后，莫扎特 32 岁时的最后三支交响乐才算代表了他的全部潜力。

我们目前对于天才的理解与米开朗基罗和莫扎特的理念是一致的：有人生来就有某种无可比拟的天赋，但他们真正走上"天才"的王座之前，需要教育、鼓励和大量的练习。

## 创作的陪伴

我们在第 4 章《感知型》里谈到，如果你发现自己需要长期独处，创作可以帮助你减轻孤独感。矛盾的是，创作也能带来孤独感。

很多创作的过程都是孤独的。如果你连续几小时在键盘上不断敲

字或埋头建筑设计，间或瞟几眼社交网站获得一些虚拟陪伴，这时你也许会觉得寂寞。如果你是一个忧郁的人，或回忆起了那些让哪怕再乐观的人也心情低落的痛苦往事，你也会感到加倍的孤独。所以，不如想点办法把更多的社交活动融入你的创作过程？

有时，艺术追求可以为与他人的互动提供一个“借口”。艺术协作（在第二章“工匠型”中有更详细的描述）对许多创作者来说都是一个有效对抗孤独的方式。它不仅能让你获得陪伴，还也许会在你深入一个痛苦的主题、迷失自我时拯救你。音乐家萨加·史蒂文斯就有过这样的体验。

在第四章“感知型”中，我讨论了史蒂文斯是如何通过制作专辑《凯莉与洛威尔》来缓释丧母之痛的。在这之前，他发布了 9 张专辑，一直全由自己制作，但这次，他只是以他母亲和继父为素材做了 30 个小样，完全不知道该拿它们怎么办。然后托马斯·巴特利出现了，这位音乐制作伙伴最近刚因癌症而失去了一个兄弟。史蒂文斯多了一个合作伙伴，托马斯把这些小样制作成了一个完整的专辑，这个选择决定了他的作品是“进行中”“放弃”还是“最终完成”。

突破自己大脑的局限对于创作来说是非常重要的，脱离你情感状况的控制更加如此。你可以选择参加作家研讨会、评论组、交流会、静修和进修课。还有一种办法，我称之为“平行游戏”。想象一下，当你把两个孩子放在一起玩卡车或组装拼图游戏时会发生什么。他们会各自做各自的事情，基本上不会看对方一眼，但还是坐在一起——直到其中一个（毫无疑问未来会是个明星型）开始嫉妒并试图从另一个孩子那里抢夺一块拼图时。这就是平行游戏。对于创作者而言，有一个它的成人版本。

创作歌手帕蒂·史密斯在她的回忆录《只是孩子》里写了她与朋友、恋人和冥想伙伴罗伯特·梅普尔索普玩平行游戏的经历。他们的艺术追求完全不一样：史密斯想把摇滚的反叛精神融入诗歌中，而梅普尔索普想以同性恋题材的照片震撼艺术世界。在他们早年同居在著名的艺术家栖息地——纽约切尔西酒店的狭小房间时，他们全情投入创作艺术。史密斯是这样描述典型的一个夜晚的：“我把我们的彩色铅

笔和纸片放到一起，像动物、野孩子般疯狂画画，直到累倒在床上。”

画家文森特·梵·高则是一个孤独者——但不是自愿的——他渴望拥有除了他的弟弟提奥以外的其他人的陪伴，尤其是提奥并不住在他附近。梵·高也邀请过他为数不多的朋友之一画家保罗·高更到他位于法国南部阿尔勒镇的家中来尝试平行游戏。他们在同一个空间里各自作画，但梵·高的个性问题很快赶走了高更，这让梵·高感到被遗弃和绝望。事实上，声名狼藉的割耳事件就发生在这不久之后。

为了确保在绘画时身旁有他人陪同，梵·高想到了另一个更好的策略（对他自己而言）——给镇上和其他地区的人画肖像。这不仅是因为他喜欢画肖像，还是为了逃离他无尽的孤独。尽管有些人因为害怕他而不敢当模特，但总有人愿意，其中包括一个普罗旺斯的牧羊人、同一家精神病院的病友诗人欧仁·博什、看护长特拉比克先生和邮递员约瑟夫·鲁林。《梵·高传》的合著作者史蒂芬·奈菲认为肖像画是梵·高最爱的题材，把这一选择形容为“比起艺术选择来说更像是情感选择”。作家唐纳德·霍尔想要的却不是加强与活着的人之间的联系——他在试图贴近一个死去的爱人。当霍尔的妻子、诗人简·凯尼恩被确诊为白血病并于 15 个月以后病逝时，他感到崩溃且愤怒。因为霍尔比他的妻子年长 19 岁且两次与癌症抗争，他完全有理由相信他的妻子会比他更长寿。然而他不仅仅失去了他挚爱的伴侣，还失去了他的缪斯。事实果真如此吗？

如作家安德烈·莫鲁瓦所言，“一段幸福的婚姻就是一段漫长的对话，但它看起来总是太短。”霍尔需要找到一个方式去维持这段对话——在某种程度上也是维持他的婚姻。在《360 工作室》的一次采访中，他说道：“写作诗歌能够帮助我在写作它们的时候更贴近她……我这么做也是向她寻求帮助……我一直在想，‘简会怎么说？’所以在创作它们的同时也会感到有人相伴……我确实会像很多鳏夫与寡妇一样，和墓碑说话，和墙上的照片说话，但我也会坐下来用我从事了 50 年的艺术来呼唤她。”

在阅读这些篇章的过程中，你已经发现了你的创作人格类型。试

着挖掘你的其他特质，并且了解所有艺术型人格都共有的驱动力。

当你发现你喜爱和崇拜的作家有与你一样的特质、倾向甚至是恐惧时，这是不是很神奇且激动人心？

创新推进器
找到一个创作伙伴

你也许被那些会导致你长期独处（也许会让你独处过久）的创作类型所吸引。如果你觉得这种独处很压抑，那就再看一下创作伙伴这个部分，看看著名艺术家所使用的策略。谁是一个可能的合作者？谁能够和你一起玩平行游戏？有没有一个你想以自己的作品向其致敬并且与之持续“对话”的人？选择其中一两种方法，看看它们对你是否管用。

现在，也许生平以来第一次，像了解为什么创作艺术对你来说至关重要一样，你对这些传奇创作者的人生有了一个清晰的了解。

我希望《发现你的创造力类型》这本书可以在你追求艺术的过程中成为一个珍贵的伙伴、鼓舞者和教练。当你拿起画笔，第一次敲下“第一章”，进入一个作品的任意阶段或寻求新的方向时，它都会陪伴在你身边，它也会在你成长、改变和显露不同的艺术人格时为你指路。

无论你是一个明星型、工匠型、先锋型、感知型还是一个激进型，我最后送你四个字：去创作吧！

① 原文是 scrambled eggs，在英语中，这个词语有三个音节。

② 原文为 yesterday，在英语中，这是一个三音节词。

# 致　谢
# *Acknowledgments*

我衷心感谢我的经纪人及曾经的学生阿曼达·安妮斯和三戟传媒的团队；感谢我超级犀利又超级和蔼的编辑史蒂芬妮·耐普和海豹出版社的团队，尤其是米歇尔·克拉克、丽萨·沃伦、拉奎尔·希特、凯文·汉诺威和马特·韦斯顿；感谢卡拉·戴维森，感谢你设计出了一个我喜爱的封面；感谢“黑石有声”；感谢超赞的实习生海莉·谢里夫、凯特·安德斯和莎拉·马利；感谢葛拉布街的“缪斯和市场”，在那里编辑吉尔·施瓦茨曼第一次阅读了我手稿的前几页；感谢爱默生学院，引领我进入我喜欢的双重生涯，写作和教学，让我自由地设计创意课程，并在大卫·安布里奇的研究生出版课程中研讨我的图书提案；感谢我在爱默生学院和波士顿大学才华横溢、热情有趣又鼓舞人心的学生们；感谢凯西·希南帮助我分辨出我为什么创作；感谢鼓励我前行的那些暖心又机智的朋友们；感谢同是第一次写作的作家朋友迪莉娅·凯布和吉娜·维尔德——同时体验这种经历赋予了它三倍的甜蜜；感谢斯图尔德·施瓦茨翻译法律术语；感谢我的父母和姐妹塔琳，和夫家所有的爱和支持；感谢贝蒂·菲尔姆和鲁比·赫拉恩斯基，我的作家偶像；感谢我的儿子丹尼尔，他总让我为他感到自豪，同样重要的是，感谢他也有和我一样的幽默感；最后感谢我的丈夫马特，是他让这一切有了实现的可能。

# 关键词
# Notes

《E．E.肯明斯：一位作家的成长》*E.E. Cummings: The Growth of a Writer*

《阿特拉斯耸耸肩》*Atlas Shrugged*

《艾米·舒默的内心世界》*Inside Amy Schumer*

《白鲸》*Moby Dick*

《班克斯与罗博之涂鸦大战》*Banksy vs. Robbo Graffiti Wars*

《保罗·麦卡特尼：一生》*Paul Mc-Cartney: Many Years from Now*

《被证无罪》*The Exonerated*

《佩珀军士孤独之心俱乐部乐队》*Sgt.Pepper's Lonely Hearts Club Band*

《壁画》*Mural*

《表现自己》*Express Yourself*

《波特诺的抱怨》*Portnoy's Complaint*

《草地上的午餐》*Le Déjeuner sur l'He-rbe*

《草莓园》*Strawberry Fields*

《宠物之声》*Pet Sounds*

《穿普拉达的女魔头》*The Devil Wears Prada*

《创意是一种习惯》*The Creative Habit*

《创造的勇气》*The Courage to Create*

《创作大师》*Creators*

《雌雄大盗》*Bonnie and Clyde*

《此时此刻》*The Hours*

《达罗威夫人》*Mrs.Dalloway*

《当我们在谈论爱情时，我们在谈论什么》*What We Talk About When We Talk About Love*

《悼念 W. B.叶芝》*In Memory of W. B. Yeats*

《蒂凡尼的早餐》*Breakfast at Tiffany's*

《斗胆的空中飞人》*The Daring Young Man on the Flying Trapeze*

《法律与秩序：SVU》*Law & Order: SVU*

《疯狂天才：躁狂抑郁症与艺术气质》*Touched with Fire: Manic-Depressive Illness and the Artistic Temperament*

《浮生一日》*A Day in the Life*

《甘蔗》*Cane*

《鸽翼》*The Wings of the Dove*

《公众演讲》*Public Speaking*

《关于写作：一只接着一只鸟》*Bird by Bird*

《国境以南太阳以西》*South of the Border, West of the Sun*

《汉密尔顿》Hamilton

《黑暗之心：一名电影人的启示录》*Heart of Darkness: A Filmmaker's Apocalypse*

《红色画室》*Red Studio*

《呼喊：甲壳虫在他们的时代》*Shout! The Beatles in Their Generation*

《回到玛土撒拉》*Back to Methuselah*

《回忆的艺术》*The Art of Memoir*

《火炬》*Torch*

《基思·理查兹：影响》*Keith Rich-ards: Under the Influence*

《吉他英雄》*It Might Get Loud*

《吉屋出租》*Rent*

《今日秀》*Today*

《筋疲力尽》*Breathless*

《惊魂记》*Psycho*

《巨蟒剧团之飞翔的马戏团》*Monty Python’s Flying Circus*

《看得见的黑暗：疯狂回忆录》*Dark-ness Visible: A Memoir of Madness*

《科学美国人》*Scientific American*

《狂人皮埃罗》*Pierrot le Fou*

《冷血》*In Cold Blood*

《砾石路上的车轮》*Car Wheels on a Gravel Road*

《脸贴脸》*Cheek to Cheek*

《林中漫步》*A Walk in the Woods*

《轮到玫瑰上场了》*Rose’s Turn*

《马蒂斯论艺术》*Matisse on Art*

《漫长的告别》*The Long Goodbye*

《魔女嘉莉》*Carrie*

《拿着剪刀奔跑》*Running with Scissors*

《男性，女性》*Masculin Feminin*

《难以捉摸的创作天赋》*Your Elusive Creative Genius*

《你灿烂的微笑》*Grinnin' in Your Face*

《鸟人：出乎意料的美德》*Birdman* （*The Unexpected Virtue of Ignorance* ）

《潘尼小巷》*Penny Lane*

《秋日气球》*The Autumn Balloon*

《去向灵肉交汇处》*Down Where the Spirit Meets the Bone*

《让它摇滚》*Let It Rock*

《散漫地步向伯利恒》*Slouching Tow-ards Bethlehem*

《身在高地》*In the Heights*

《什么造就了我》*Formation*

《生而如此》*Born This Way*

《世界之光》*The Light of the World*

《书籍的声音》*The Sound on the Page*

《赎罪》*Atonement*

《说唱者的喜悦》*Rapper's Delight*

《骗子俱乐部》*The Liars' Club*

《特别响，非常近》*Extremely Loud and Incredibly Close*

《天才的基因》*The Genius in All of Us*

《天桥骄子》*Project Runway*

《天生喜剧狂》*Born Standing Up: A Comic's Life*

《同妻俱乐部》*Grace and Frankie*

《为所应为》*Do the Right Thing*

《我的左脚》*My Left Foot*

《我们所爱的一切都能得到拯救》*Anything We Love Can Be Saved*

《我为什么写作》*Why I Write*

《我只想与你做爱》*I Just Want to Make Love to You*

《橡胶灵魂》*Rubber Soul*

《写作这件事》*On Writing*

《星期六夜现场》*Saturday Night Live*

《星运里的错》*The Fault in Our Stars*

《寻找母亲的花园》*In Search of Our Mother's Gardens*

《天才地理学》*The Geography of Genius*

《寻找薇薇安·迈尔》*Finding Vivian Maier*

《演员工作室内幕》*Inside the Actors Studio*

《一位女士的画像》*The Portrait of a Lady*

《一文不名时》*Before the Money Came*

《伊莱恩·斯特里奇：给我一枪》*Ela-ine Stritch*：*Shoot Me*

《艺术对象》*Art Objects*

《异类》*Outliers*

《阴道独白》*The Vagina Monologues*

《拥抱逝水年华》*How Proust Can Ch-ange Your Life*

《心流：最优体验心理学》*Flow: The Psychology of Optimal Experi-ence*

《源泉》*The Fountainhead*

《远见型创作》*Visionary Creativity*

《再见，哥伦布》*Goodbye,Columbus*

《在路上》*On the Road*

《掌握烹饪法国菜的艺术》*Mastering the Art of French Cooking*

《真正的艺术家都有一份日间工作》*Real Artists Have Day Jobs*

《朱莉与朱莉娅》*Julie & Julia*

《紫色》*The Color Purple*

《自画像文化史》*The Self-Portrait: A Cultural History*

《昨天》*Yesterday*

F·司格特·菲茨杰拉德 F. Scott Fitz-gerald

W. H.奥登 W. H. Auden

J. D.塞林格 J. D. Salinger

J. K.罗琳 J. K. Rowling

Jay-Z Jay-Z

M. I. A Mathangi Arulpragasam

U2 乐队 U2

V. S.奈保尔 V. S. Naipaul

阿布拉罕·韦尔盖塞 Abraham Verg-hese

阿黛尔 Adele

阿尔弗雷德·希区柯克 Alfred Hitch-cock

阿兰·德波顿 Alain de Botton

阿娜伊丝·宁 Anaïs Nin

阿瑟·佩恩 Arthur Penn

埃里克·韦纳 Eric Weiner

埃里克·詹森 Erik Jensen

埃兹拉·庞德 Ezra Pound

艾迪·亚当斯 Eddie Adams

艾丽斯·沃克 Alice Walker

艾米·舒默 Amy Schumer

艾米丽·左拉 Émile Zola

艾米莉·狄金森 Emily Dickinson

艾瑞莎·富兰克林 Aretha Franklin

爱德华·蒙克 Edvard Munch

爱杜尔·马奈 Édouard Manet

爱弥尔·左拉 Émile Zola

安·兰德 Ayn Rand

安德烈·莫鲁瓦 André Maurois

安妮·拉莫特 Anne Lamott

安托南·阿尔托 Antonin Artaud

奥尔曼兄弟乐队 the Allman Brothers

奥古斯丁·巴勒斯 Augusten Burrou-ghs

奥利弗·萨克斯 Oliver Sacks

奥斯卡·王尔德 Oscar Wilde

巴勃罗·毕加索 Pablo Picasso

巴勃罗·聂鲁达 Pablo Neruda

芭芭拉·金索尔弗 Barbara Kingsolver

班克斯 Banksy

保罗·高更 Paul Gauguin

保罗·麦卡特尼 Paul McCartney

保罗·塞尚 Paul Cézanne

保罗·西蒙 Paul Simon

保罗·约翰逊 Paul Johnson

鲍勃·迪伦 Bob Dylan

鲍勃·马利 Bob Marley

贝蒂· 莱维特 Bettye LaVette

比尔·布莱森 Bill Bryson

比尔·马赫 Bill Maher

比莉·哈乐黛 Billie Holiday

碧昂斯 Beyoncé

伯特兰·罗素 Bertrand Russell

布拉塞 Brassaï

布莱恩·威尔逊 Brian Wilson

布鲁斯·斯普林斯汀 Bruce Springsteen

草间弥生 Yayoi Kusama

查克·克洛斯 Chuck Close

达达主义 Dadaism

大卫·查普尔 Dave Chappelle

大卫·林奇 David Lynch

大卫·塞德瑞斯 David Sedaris

大卫·申克 David Shenk

戴安·沃伦 Diane Warren

丹尼尔·戴·刘易斯 Daniel Day-Lewis

杜鲁门·卡波特 Truman Capote

反概念主义 Stuckism

菲利普·罗斯 Philip Roth

菲利普·诺曼 Philip Norman

风与火乐团 Earth, Wind & Fire

弗吉尼亚·伍尔夫 Virginia Woolf

弗兰·勒波维茨 Fran Lebowitz

弗兰克·劳埃德·赖特 Frank Lloyd Wright

弗朗索瓦丝·吉洛 Françoise Gilot

弗朗西斯·福特·科波拉 Francis Ford Coppola

弗里达·卡罗 Frida Kahlo

嘎嘎小姐 Lady Gaga

格特鲁德·斯泰因 Gertrude Stein

海蒂·克鲁姆 Heidi Klum

海滩男孩乐队 the Beach Boys

豪尔赫·路易斯·博尔赫斯 Jorge Luis Borges

好莱坞十人组 Hollywood Ten

赫伯特·布洛克 Herbert Block

赫尔曼·梅尔维尔 Herman Melville

亨利·马蒂斯 Henri Matisse

亨利·詹姆斯 Henry James

胡安·格莱仕 Juan Gris

黄功吾 Nick Ut

霍华德·津恩 Howard Zinn

基思·理查兹 Keith Richards

吉恩·图默 Jean Toomer

吉姆·李 Jim Lee

简·奥斯汀 Jane Austen

简·方达 Jane Fonda

杰克·怀特 Jack White

杰克·凯鲁亚克 Jack Kerouac

杰克逊·波洛克 Jackson Pollock

杰西卡·布兰克 Jessica Blank

金·罗博 King Robbo

卡洛尔·金 Carole King

凯·雷德菲尔德·杰米森 Kay Red-field Jamison

凯莉·费舍尔 Carrie Fisher

凯特·史蒂文斯 Cat Stevens

坎耶·韦斯特 Kanye West

科特·柯本 Kurt Cobain

克劳德·莫奈 Claude Monet

肯尼·波尔波拉 Kenny Porpora

兰尼·布鲁斯 Lenny Bruce

雷蒙德·卡佛 Raymond Carver

李·克拉斯纳 Lee Krasner

理查德·斯塔基 Richard Starkey

林·曼努尔·米兰达 Lin-Manuel Mir-anda

流浪者乐团 OutKast

鲁道夫·努里耶夫 Rudolf Nureyev

路易·C·K Louis C. K.

露辛达·威廉姆斯 Lucinda Williams

伦勃朗·哈尔曼松·凡·莱因 Rembr-andt Harmenszoon van Rijn

罗伯特·洛威尔 Robert Lowell

罗伯特·梅普尔索普 Robert Mapp-lethorpe

罗洛·梅 Rollo May

马尔科姆·格拉德威尔 Malcolm Gla-dwell

马克·赫兹加德 Mark Hertsgaard

马塞尔·普鲁斯特 Marcel Proust

马修·J·布考利 Matthew J. Bruccoli

玛戈·芳婷 Margot Fonteyn

玛丽·J·布莱姬 Mary J. Blige

玛丽·卡尔 Mary Karr

玛丽娜·阿布拉莫维奇 Marina Abr-amovi

迈克·尼科尔斯 Mike Nichols

迈克尔·坎宁安 Michael Cunningham

麦当娜 Madonna

梅根·奥洛克 Meghan O’Rourke

梅丽尔·斯特里普 Meryl Streep

梅西·埃利奥特 Missy Elliott

米哈里·契克森米哈 Mihaly Csikszen-tmihalyi

明暗法 chiaroscuro

娜塔莉·迈恩斯 Natalie Maines

南方小鸡 Dixie Chicks

妮可·基德曼 Nicole Kidman

诺拉·艾芙隆 Nora Ephron

诺曼·弗里德曼 Norman Friedman

欧内斯特·海明威 Ernest Hemingway

帕蒂·卢波恩 Patti LuPone

帕蒂·史密斯 Patti Smith

乔尔·迈耶罗维茨 Joel Meyerowitz

乔纳森·弗兰岑 Jonathan Franzen

乔纳森·萨福兰·弗尔 Jonathan Safran Foer

乔治·奥威尔 George Orwell

乔治·布拉克 Georges Braque

乔治·萧伯纳 George Bernard

琼·狄迪恩 Joan Didion

让·雷诺 Jean Renoir

让·吕克·戈达尔 Jean-Luc Godard

溶暗 dissolve

萨尔曼·拉什迪 Salman Rushdie

萨加·史蒂文斯 Sufjan Stevens

桑·豪斯 Son House

莎拉·贝宁卡萨 Sara Benincasa

莎拉·凯 Sarah Kay

莎拉·曼谷索 Sarah Manguso

伤心人合唱团 Heartbreakers

舍伍德·安德森 Sherwood Anderson

史蒂芬·金 Stephen King

史蒂芬·斯皮尔伯格 Steven Spielberg

史蒂夫·马丁 Steve Martin

斯科特·巴里·考夫曼 Scott Barry Kaufman

斯派克·李 Spike Lee

苏珊·萨兰登 Susan Sarandon

速拉踢 hitch kick

汤姆·约克 Thom Yorke

汤姆·佩蒂 Tom Petty

唐·德里罗 Don Delillo

糖山帮 Sugarhill Gang

特怀拉·萨普 Twyla Tharp

提姆巴兰 Timbaland

托妮·莫里森 Toni Morrison

托尼·班尼特 Tony Bennett

威廉·布莱克 William Blake

威廉·萨罗扬 William Saroyan

威廉·斯泰伦 William Styron

薇薇安·迈尔 Vivian Maier

未来主义 Futurism

文森特·梵·高 Vincent van Gogh

西尔维娅·普拉斯 Sylvia Plath

斜韵 slant rhyme

谢丽尔·斯特雷德 Cheryl Strayed

心流 flow

伊恩·麦克尤恩 Ian McEwan

伊芙·恩斯勒 Eve Ensler

伊丽莎白·吉尔伯特 Elizabeth Gilbert

伊丽莎白·亚历山大 Elizabeth Alex-ander

伊莎贝·阿言德 Isabel Allende

伊塔洛·卡尔维诺 Italo Calvino

约翰·阿姆斯特朗 John Armstrong

约翰·格林 John Green

约翰·克里斯 John Cleese

约翰·列侬 John Lennon

约翰·罗贝尔 John Lobell

詹姆斯·鲍德温 James Baldwin

詹姆斯·霍尔 James Hall

詹姆斯·索尔特 James Salter

詹姆斯·泰勒 James Taylor

珍妮丝·贾普林 Janis Joplin

珍妮特·温特森 Jeanette Winterson

朱莉娅·查尔德 Julia Child

# 出版后记

分类一直是人类更好地掌握工具、领会自己和构建世界的认知方式。

在种种类型学中，关于创造力的类型学也许是最具创造力的一个。这么说当然有饶舌的成分，但绝不是无中生有。在知识经济时代和技术不断革命的年代，我们对创造力投以再多的注意也不为过。我们需要找到一个合适尺寸的透镜，以之内观，发现什么才是我们本来就有的天赋，询问自己是否在大脑的迷宫中抓住了对的路径。我们需要正确的打开方式，把创造力引导出来，把创造力用到对的地方。这本书可以帮助我们完成这个任务。

梅塔大概是一个喜欢钻研各界艺术（及其逸闻趣事）的心理学高手。来自全球各地各界的艺术大师和名人自由出入于她的笔下，而她又凭借某种高度敏感的行为观察和心理洞察，整整齐齐地把这些人归了五大类。明星型、工匠型、先锋型、感知型和激进型，尽管她提出的这个分类框架未必能够如同自然科学学科那般精细，但还算经得起考验。或者应该这样说，艺术是关于混沌的，它自己就从来不以精确为目标，那么同样地，艺术的创造力分类也不需要以精确为目标。我们不需要试图颠覆某个分类标准，我们需要的是进入梅塔创造的创造力类型世界，向最贴近自己气质的艺术大师偷师取经。

如果担心作者会喋喋不休、哗众取宠或者空洞无物，因而匆匆翻

过全书，那你可能会错过了作者精心埋下的一枚枚大小彩蛋——这正是本书的阅读乐趣所在。有时候梅塔会不厌其烦地花上几页篇幅把一个乐队和另一个乐队的创作对垒过程还原出来，有时候会一口气列举出好长一串具有某种特质的创造者名单，有时候会漫不经心地把著名作家和他的名言一笔带过，无论怎样，因为出现的位置都经过了精心而不过度的编排，这些文字成了某种指引，变得尤其具有启发性。通过了解大量具体的实例，我们很难不迅速建立起对某个创造力类型特点（准确来说，是优点）的感知，梅塔针对其劣势——我们在接受某种性格特质带来的好处的同时，也必然要做好准备去遭遇它未能触及的另一些侧面，而我们暂时把这些未能接触的侧面称为劣势——而提出的行动方案也相当周到和具有操作性，我们不妨“遵医嘱”。

写作、绘画、唱歌、戏剧、跳舞，在创作的万千世界中，你也许需要一些辅助的镜子、某个巨人的肩膀，但更需要的是实实在在的你自己。如果可以的话，看完整本书并把其消化了之后，把书里的话都忘了吧，像设计作品一样，重新创作你自己；像创作你自己一样，重新设计作品。

服务热线：133-6631-2326　188-1142-1266

服务信箱：reader@hinabook.com

后浪出版公司

2018 年 10 月